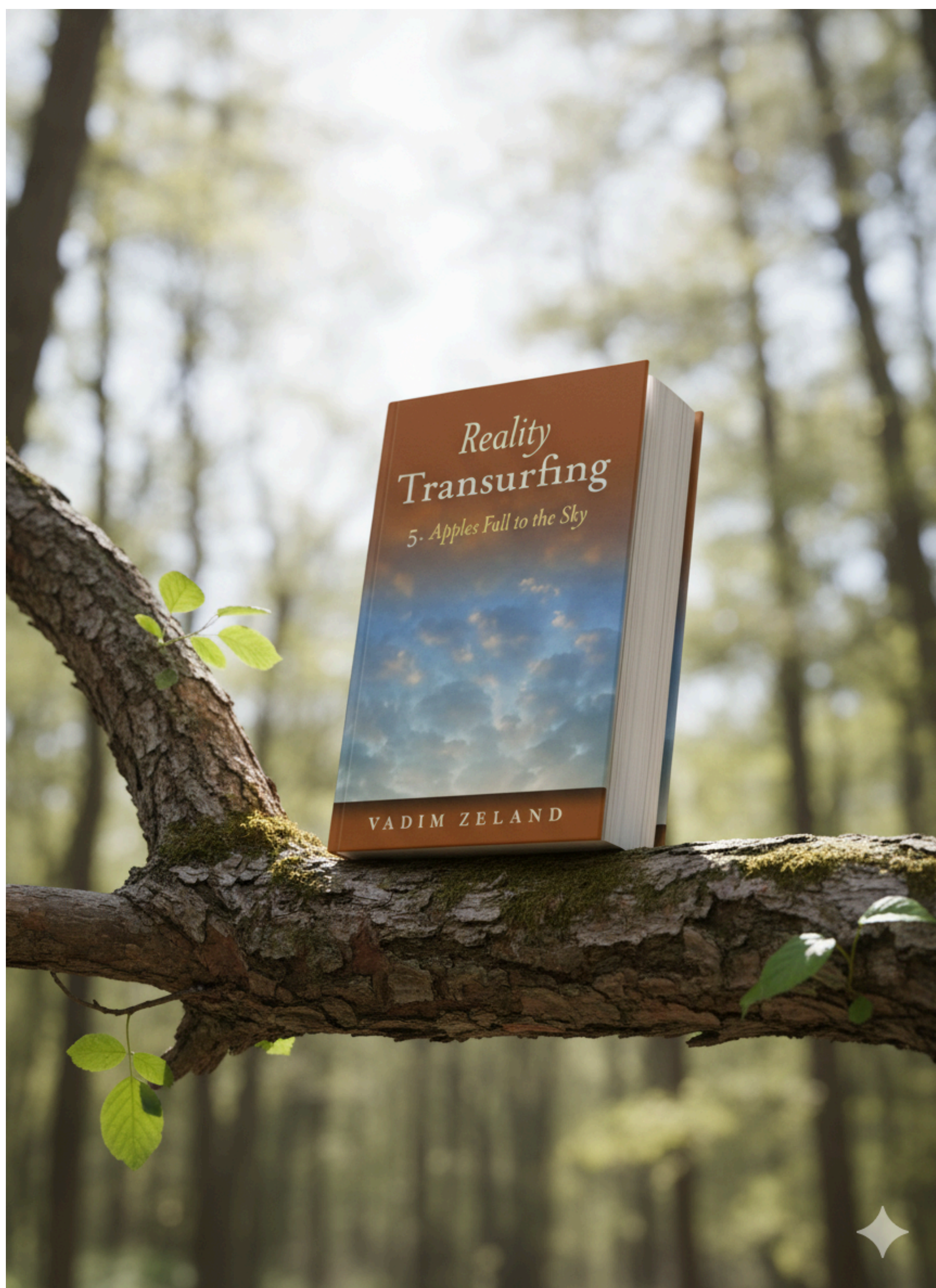

Reality
Transurfing
5. Apples Fall to the Sky
VADIM ZELAND

التفاحات تسقط إلى السماء

لـ: فاديم زيلاند

ترجمة مجموعة Epsilon

ملاحظة المترجم : يطرح فاديم زيلاند في هذا الكتاب الفكرة الجوهرية بأن الواقع مرآة مزدوجة وليست حقيقة صلبة، وأنها تعكس موقفك الداخلي وإدراكك الخاص نحو العالم. يكشف الكتاب عن السر الأعظم: أن العالم لا تحكمه قوانين صارمة، بل يتشكل وفقًا لإدراكك الشخصي، مما يعني أن التفاحات يمكنها أن تسقط إلى السماء إذا غيرت طريقة تفكيرك. يقدم الكتاب مفهوم النية الخارجية كوسيلة لتفعيل تيار الاحتمالات، حيث يجب عليك اختيار الهدف بدلًا من الكفاح لتحقيقه بالجهد المفرط. يشدد زيلاند على ضرورة التحرر من الأهمية الزائدة التي نمنحها للأشياء والمواقف، لأن هذا يخلق جهودًا زائدة تستدعي قوى التوازن لتعطيل خططنا. كما يشرح كيفية العمل مع الشرائح الذهنية، حيث أن تحويل الشرائح السلبية إلى شرائح إيجابية للهدف، وتصورها بانتظام، يؤدي إلى تجسيد القطاع المناسب في فضاء الاحتمالات. يدعو الكاتب القارئ إلى "التزحلق" مع تيار الاحتمالات، أي اتباع مسار المقاومة الأقل الذي يحمل الحلول المثلى للمشكلات تلقائيًا. الهدف هو أن تصبح سيد واقعك بدلاً من أن تكون خاضعًا لـ "النواسات" التي تستنزف طاقتك وتفرض عليك أهدافًا غريبة. هذا العمل ليس مجرد نظرية، بل هو دليل عملي لاختراق حدود الإدراك والبدء في إدارة الواقع بشكل فعّال...قراءة ممتعة !!

🌟 تمهيد

أيها القارئ العزيز!

أمامك الآن استكمال لسلسلة كتب "ترانسيرفينغ الواقع"، ذلك الجانب الغامض من الحقيقة الذي أثار الكثير من المشاعر في أوساط القراء. لقد علمتَ في الكتاب السابق أن الكائنات البشرية قادرة على التحكم بالواقع، شريطة أن تتخلص من وهم المرآة المزدوجة. وفي هذا الكتاب، ستتعلم كيف تفعل ذلك تحديداً.

عندما تستيقظ في حلمك وأنت في حالة اليقظة، فكأنما تخرج من تيار الأحداث وتجد نفسك في خضمّ كيليدوسكوب هائل يدور ببطء، متلألئاً بأوجه الواقع المتعددة. أنت جزء من هذا الواقع، وفي الوقت ذاته، أنت كيان مستقل قائم بذاته. وهذا يماثل تماماً شعورك بالإدراك الواعي لذاتك المنفصلة بعد أن استعدت وعيك في حلمك، فتدرك حينها أنك أنت الذي يحدد ما سيحدث في حلمك من الآن فصاعداً، وليس العكس.

في ظروف معينة، تتمكن الطاقة الذهنية البشرية من تجسيد أي قطاع من فضاء الاحتمالات. هذه الحالة، التي يُطلق عليها في منهج ترانسيرفينغ اسم وحدة الروح والعقل، تولّد قوة غامضة هي القصد الخارجي. يروي الذين حاولوا تطبيق الترانسيرفينغ في حياتهم اليومية، وبدهشة بالغة، كيف تتحقق أفكارهم بطرق لا تُصدق، وكيف تتغير هيئة الواقع حرفياً أمام أعينهم.

على سبيل المثال، تبدأ فجأة، ولسبب مجهول، تجد أن المحيطين بك يعاملونك بمزيد من المودة والمحبة. الأبواب التي بدت مستحيلة الإغلاق، تنفتح. وفي الوقت ذاته، قد تلاحظ ظواهر مثيرة للاهتمام مثل: تغير في "نبرة الخلفيات"، و "تموجات في الواقع" تشبه التموجات في الماء. تستعيد طبقة عالمك رونقها السابق؛ يستعيد المثلج مذاقه الذي كان عليه في طفولتك، بينما تستعيد الآمال بهجة الشباب الغائبة. ولكن الأهم من ذلك كله هو ذلك الشعور المميز بالحرية الداخلية، ذلك الامتياز في أن تعيش وفقاً لمبدئك الخاص.

من الغريب أنه لا يوجد أي لغز في هذا الأمر، فالأمر كله حقيقي وواقعي. لذا، عندما تختبر الأشياء التي تقرأها هنا، تأكد من أن تبقى قدماك راسختين على الأرض حتى لا تسقط نحو السماء من فرط الدهشة والسرور.

🌟 المرآة المزدوجة

عالمي يعتني بي.

💫 الواقع المرآة

يظهر الواقع في شكلين: الشكل المادي الذي يمكنك لمسه، والشكل الميتافيزيقي الذي يقع خلف عتبات الإدراك الحسي. كلا الشكلين موجودان في آن واحد، يخترق أحدهما الآخر ويكمله. ويظهر هذا المبدأ الثنائي كسمة متأصلة في عالمنا، فالكثير من الأشياء لها جانبها المقابل.

تخيل نفسك أمام مرآة. أنت تمثل جسماً فيزيائياً موجوداً في الواقع، بينما انعكاسك يفتقر إلى المادة، فهو ظاهري (إفتراضي) وميتافيزيقي، لكنه حقيقي بذات قدر حقيقة الجسم الذي يعكسه.

يمكنك أن تتخيل العالم على شكل مرآة مزدوجة عملاقة: على أحد جانبيها يقع الكون المادي، بينما يمتد على الجانب الآخر فضاء الاحتمالات الميتافيزيقي. وعلى النقيض مما يحدث في المرآة العادية، يعمل العالم المادي هنا بمثابة الانعكاس، الذي يمثل قصده وأفكاره – أي الأفكار والقصد الإلهي، وكذلك قصد وأفكار جميع الكائنات الحية المنبثقة منه.

يُعد فضاء الاحتمالات بمثابة مصفوفة أو قالب يتم بموجبه "الحياكة" و "الخياطة" و "عرض الأزياء" الذي هو حركة المادة بأكملها. تُخزّن هنا المعلومات حول ما يجب أن يحدث في العالم المادي وكيف ينبغي له أن يحدث. إن عدد الإمكانيات الكامنة والمختلفة هو عدد لا نهائي. ويمثل كل احتمال قطاعاً في هذا الفضاء، يحتوي على السيناريو والخلفيات – أي المسار وشكل حركة المادة. بعبارة أخرى، يحدد هذا القطاع ما يجب أن يحدث في كل حالة فردية وكيف ينبغي أن يكون مظهره.

وهكذا، تقسم المرآة العالم إلى شقين: الواقعي والظاهري (الافتراضي). كل ما اكتسب شكلاً مادياً يقع في النصف الواقعي ويتطور وفقاً للقوانين الطبيعية. يتعامل العلم، وكذلك النظرة التقليدية للعالم، فقط مع ما يحدث في "الواقع". وعادة ما نفهم بـ "الواقع" كل ما يمكن ملاحظته ويتعرض للتأثير المباشر.

إذا تجاهلنا الجانب الميتافيزيقي للواقع واكتفينا بالنظر في العالم المادي وحده، فإن وظيفة جميع الكائنات الحية، بما فيها الإنسان، تنحصر في عملية بدائية ضمن حدود القصد الداخلي. وبمساعدة القصد الداخلي، كما تعلم، يتحقق الهدف عن طريق تطبيق فعل مباشر على العالم المحيط بك. ولكي تحقق شيئاً، تحتاج إلى اتخاذ خطوات معينة – أن تدفع، أن تشق طريقك بالكوع، وبشكل أساسي أن تبذل جهداً جدياً لتبلغ هدفك.

إن الواقع المادي ملموس – يستجيب على الفور للأفعال المباشرة، وهذا يخلق وهماً بأن هذه هي الطريقة الوحيدة لتحقيق النتائج. ومع ذلك، ففي إطار العالم المادي، تضيق دائرة الأهداف القابلة للتحقيق بشكل كبير. وفي هذه الحالة، أنت مُلزم بالاعتماد فقط على ما حققته بالفعل. كل شيء يعتمد على الموارد، والتي تكون عادة شحيحة، وعلى الإمكانيات، التي تكون محدودة جداً.

في هذا العالم، يكاد كل شيء يتخلله روح المنافسة. يرغب الكثير من الناس في الوصول إلى نفس الأهداف. وضمن حدود القصد الداخلي، ليس هناك ما يكفي للجميع بالطبع. فمن أين يمكنك الحصول على الظروف والملابسات الضرورية التي تسمح لك بتحقيق هدفك؟ حسناً، من فضاء الاحتمالات.

كل شيء موجود بوفرة على الجانب الآخر من المرآة، وذلك دون أي منافسة من أي نوع. ليست هناك سلع مخزّنة فحسب، بل إن جمال الأمر كله يكمن في أنه يمكنك اختيار أي مادة تريد، وكأنها من كتالوج، وتقديم طلبك. عاجلاً أم آجلاً، سيتم تلبية طلبك، ولن تضطر إلى الدفع مقابله؛ ما عليك سوى تلبية شروط معينة، وهذا كل شيء. وهي ليست شروطاً مُجهدة بشكل خاص. ألا يبدو هذا وكأنه شيء مأخوذ من قصة خيالية؟ إطلاقاً. إنه أمر أكثر من واقعي. فالطاقة الذهنية لا تتبدد أبداً دون أثر، إنها قادرة على تجسيد القطاع الخاص من فضاء الاحتمالات الذي تتوافق معاييره مع إرسالك الذهني. كل ما يحدث في عالمنا يبدو وكأنه ناتج عن تفاعل الكائنات المادية فحسب. ولكن للعمليات التي تجري على المستوى الأثيري، حيث تتجسد الاحتمالات الموجودة بشكل ظاهري في الواقع، دور لا يقل أهمية. قد لا تكون العلاقات السببية للعمليات الأثيرية واضحة دائماً، ومع ذلك فهي تشكل نصف الواقع بأكمله. وعادة ما يحدث تجسيد القطاعات في فضاء الاحتمالات بشكل مستقل عن إرادة الفرد، لأن البشر، ناهيك عن الكائنات الأقل تطوراً، لا يستخدمون الطاقة الذهنية بطريقة موجهة نحو هدف محدد. وكما أوضح الكتاب الأول عن الترانسيرفينغ، فإن تأثير الصور الذهنية على الواقع يتجلى بشكل رئيسي في صورة تحقيق أسوأ التوقعات.

إن الشخص الذي "تصلّب" على "حقائق الحياة" يشبه شخصاً تائهاً بين أرفف مستودع فارغة، يحاول الحصول على بضائع تحمل بالفعل علامة "مباعة". الأصناف الوحيدة المتاحة هي ذات جودة منخفضة، ولكن حتى هذه تحمل بطاقة سعر مرتفعة. وبدلاً من أن يلقي نظرة سريعة على الكتالوج ويقدم طلباً، يبدأ هذا الشخص في الجري هنا وهناك في حيرة، ويقف في طوابير طويلة، ويكافح بضراوة لشق طريقه عبر الحشود، ويدخل في صراع مع التجار والمشترين الآخرين. ونتيجة لذلك، يستمر ما يتمناه في التملص منه، بينما تتراكم المشكلات.

هذا الواقع المحزن ينشأ، قبل كل شيء، من وعي الشخص نفسه، حيث يتجسد تدريجياً ويصبح حقيقة. كل كائن حي، من خلال أفعاله المباشرة من جهة، وأفكاره من جهة أخرى، يخلق طبقة عالمه الخاصة. يتم وضع كل هذه الطبقات فوق بعضها البعض، وبالتالي فإن كل كائن حي يقدم مساهمته الخاصة في تشكيل الواقع.

تتميز طبقة هذا العالم بمجموعة خاصة من الظروف والملابسات التي تتشكل منها حياة أي كائن منعزل (من الآن فصاعداً، سنتحدث عن البشر فقط). يمكن أن تختلف ظروف الوجود: مواتية أو غير مواتية، مريحة أو قاسية، ودودة أو عدوانية. بالطبع، أحد العوامل الأكثر أهمية هو البيئة التي يولد فيها الإنسان. ولكن بعد ذلك، تتطور الحياة بدرجة أكبر اعتماداً على الطريقة التي يتعامل بها الشخص مع نفسه ومع الواقع المحيط به. تجربته في هذا العالم تحدد، من جوانب عديدة، التغيرات اللاحقة في أسلوب حياته. إن قطاع فضاء الاحتمالات الذي يتم تجسيده في الواقع هو القطاع الذي يتوافق فيه السيناريو والخلفيات مع اتجاه وطبيعة أفكار هذا الشخص.

لذلك، هناك عاملان يساهمان في تشكيل الطبقة الفردية: على أحد جانبي المرآة يقع القصد الداخلي، وعلى الجانب الآخر يقع القصد الخارجي.

من خلال الفعل المباشر، يؤثر الشخص على كائنات العالم المادي، بينما بأفكاره يجسد أشياء غير موجودة حالياً في الواقع.

إذا كان الشخص مقتنعاً بأن أفضل الأشياء في هذا العالم قد بيعت بالفعل، فلن يتبقى له سوى الأرفف الفارغة. إذا اعتقد أنه للحصول على منتجات جيدة سيتعين عليه قضاء الوقت في طابور ضخم ودفع الكثير من المال مقابلها، فسيحدث ذلك تماماً. وإذا كانت توقعاته ذات طبيعة متشائمة ومليئة بالشكوك، فمن المؤكد أنها ستتحقق. وإذا كان يتوقع أن يجد بيئة غير ودية، فستتحقق توقعاته. ومع ذلك، إذا تشرب الشخص الفكرة البريئة بأن العالم قد ادّخر كل ما هو أفضل له، فإن هذا أيضاً يتجلى بطريقة ما في الواقع.

في أحد الأيام، يجد رجل غريب الأطوار، يجهل حقيقة أن شيئاً لا يأتي بسهولة، يجد نفسه عند منضدة متجر – دون أن يعرف كيف وصل إلى هناك – حيث أحضر الموظفون للتو بعض المنتجات، وكأنها خصيصاً له. ويتضح أن العميل الأول يحصل على كل شيء مجاناً. بعد ذلك فقط، يتشكل طابور طويل، يتكون من أولئك المقتنعين بأن حقائق الحياة أكثر قتامة بكثير، وأن الحظ لا يحالف إلا الحمقى.

الحياة هي لعبة يطرح فيها العالم باستمرار على سكانها نفس اللغز مراراً وتكراراً: "هيا، خمن كيف أبدو!" ويجيب كل واحد وفقاً لرؤيته: "أنت عدواني" أو "أنت ودود ومُرحب". أو "أنت مسلٍ / محبط / لطيف / معادٍ / سعيد / تعيس".

ولكن هناك حقيقة مثيرة للاهتمام: الكل رابح في هذا الاستطلاع! يوافق العالم ويظهر لكل شخص بالشكل الذي طلبه. وإذا غيّر هذا الرجل المحظوظ الغريب الأطوار موقفه تجاه العالم بمجرد أن اكتشف "حقائق الحياة"، فسيتغير الواقع بالمقابل، وسيلقي بـ "المستنير" في مؤخرة الصف.

هكذا يشكل الشخص، من خلال أفكاره، طبقة عالمه. يتلخص تفسير العملية المذكورة في بضعة مبادئ: العالم، كمرآة، يعكس موقفك تجاهه.

يوافق العالم حرفياً على ما تفكر به عنه. ولكن لماذا، كقاعدة عامة، تتحقق أسوأ التوقعات، بينما لا تتحقق الآمال والأحلام؟ هناك أسباب محددة لذلك – وهو المبدأ الثاني للمرآة: تتشكل الصورة في المرآة باتحاد الروح والعقل.

إذا لم يكن العقل متعارضاً مع قرارات القلب، أو العكس، فستولد قوة لا تُقدَّر – القصد الخارجي – التي تجسد القطاع في فضاء الاحتمالات الذي يتوافق مع الصورة الذهنية. ففي وحدة الروح والعقل، تكتسب هذه الصورة مخططاً محدداً جيداً، وبالتالي يتم تجسيدها فوراً في الواقع.

ومع ذلك، فإن ما يحدث في الحياة في أغلب الأحيان هو أن الروح تتوق، بينما يمتلئ العقل بالشك ولا يريد التخلي عنه، أو العكس: يقدم العقل حججاً مقنعة، بينما يظل القلب غير مبالٍ. وعندما تنكسر الوحدة، تصبح الصورة ضبابية – وكأنها تظهر مزدوجة: الروح ترغب في شيء، بينما يظل العقل يكرر شيئاً مختلفاً. وهناك شيء يجمعهما بلا شروط – وهو النفور والخوف.

لأنه إذا كره شخص ما، فإنه يفعل ذلك بقلبه كله، وإذا كان خائفاً، فإن كيانه بأكمله يتشبع بالخوف. وفي وحدة النفور يتم إنشاء صورة واضحة لما تريد تجنبه. الروح والعقل هما بمثابة مظهرين للواقع: المادي والميتافيزيقي يلتقيان في نقطة واحدة، ويتم تحويل الشكل الذهني إلى واقع. ونتيجة لذلك، فإن الشيء الذي لا يمكنك تحمله هو ما ستحصل عليه.

على عكس المخاوف، لا تتحقق الرغبات بهذه السهولة، لأن الوحدة في هذه الحالة نادراً ما تتحقق. تقاوم الروح العقل، لأن هذا الأخير، وقد خضع لتأثير النواسات (البندولات)، يندفع نحو أهداف شخص آخر. العقل، بدوره، إما أنه غير مدرك لرغباته الحقيقية، أو لا يصدق أنها يمكن أن تتحقق بالفعل.

يرى البعض أنك لتحقيق هدف ما، عليك أن تقدم طلباً، ثم تطلق هذا الشكل الذهني في الفضاء وتنساه لفترة من الوقت، حتى لا يتعارض مع تلبية الرغبة. لو كانت الأمور بهذه البساطة...

هذه التقنية تعمل فقط إذا تم تنفيذ المبدأ الثاني للمرآة. ومع ذلك، لا يمكن تحقيق وحدة الروح والعقل إلا في حالات نادرة، لأنه من المستحيل عملياً التخلص من الشكوك الخائنة. فماذا تفعل؟ هناك مبدأ ثالث للمرآة لذلك: تستجيب المرآة المزدوجة بتأخير. إذا لم تتمكن من تحقيق المبدأ الثاني، فأنت بحاجة إلى أخذ الحصن عن طريق حصار طويل.

تخيل الموقف الغريب التالي. أنت تقف أمام مرآة، ولا يوجد شيء فيها – فراغ. وبعد فترة فقط تبدأ صورة في الظهور، كما في صورة فوتوغرافية. في مرحلة ما تبدأ بالابتسام، لكن الانعكاس الذي تراه في المرآة لا يزال يحمل تعبيراً جاداً. ثم ترفع ذراعيك، لكن لا شيء يتغير في المرآة. تقوم على الفور بإنزال يديك، ومرة أخرى لم يتغير شيء في المرآة. لكي ترى نفسك وذراعيك مرفوعتين، سيتعين عليك قضاء بعض الوقت في إبقائهما مرفوعتين.

هذه هي بالضبط الطريقة التي تعمل بها المرآة المزدوجة. باستثناء أن التأخير الزمني في المرآة أطول بكثير، وبالتالي فإن التغييرات التي تحدث فيها لا يمكن إدراكها. إن التحقق المادي خامل، مثل القطران. ومع ذلك، يمكن بالتأكيد تجسيد الصورة الذهنية، أو الشريحة (سلايد) كما نسميها في الترانسيرفينغ. ولكي يحدث ذلك، ما عليك سوى تلبية شرط أساسي واحد: يجب أن تضع الشريحة في ذهنك لفترة زمنية طويلة بما فيه الكفاية.

كما ترى، السر بسيط، ولكنه حقاً كل ما تحتاجه. من الصعب أن تصدق مدى تفاهة هذه الأشياء. إنه مجرد جهد روتيني عادي – وخالٍ تماماً من السحر. إنه يعمل بالفعل – الأمر فقط أن الناس عادة لا يتمتعون بالصبر الكافي. فهم يصبحون ملهمين ومتحمسين لفكرة ما، ولكن سرعان ما يبرد حماسهم ويهملون المشروع. لذا، لكي يتجسد الشكل الذهني، يجب عليك القيام بعمل محدد مع الشريحة. أسوأ سيناريو هو عندما تعتمد على حدوث معجزة – وهذا شيء لا يجب عليك فعله.

تعتمد المدة التي ستستغرقها الشريحة للتحقق على مدى تعقيد الهدف المحدد. طالما شكك عقلك في إمكانية تحقيق خططك، تظل الصورة ضبابية. ولكن عاجلاً أم آجلاً، سيبدأ نوع ما من الصورة في الظهور في المرآة. سترى بنفسك متى يفتح القصد الداخلي الأبواب الضرورية – أي الفرص اللازمة لتحقيق غايتك. عندئذٍ، سيقتنع العقل بأن هذه التقنية تؤتي ثمارها، ويتضح أن الهدف قابل للتحقيق بالفعل. ستتصل الروح والعقل تدريجياً إلى الوحدة، وسيصبح الإرسال الذهني مركزاً، مما يؤدي إلى إنشاء صورة محددة جيداً. ونتيجة لذلك، سيتشكل الانعكاس، وستحدث ما يسمى عادة المعجزة: سيتحول الحلم الذي بدا مستحيلاً إلى حقيقة.

🌟 مَلْغَمَة الواقع

باستخدام تقنية الشريحة الموضحة في الكتاب الأول من الترانسيرفينغ، يمكنك تشكيل الصورة التي ستجسدها مرآة العالم في الواقع. ولكن إلى جانب إنشاء صورة محددة، سيكون من الجيد جداً الحفاظ على خلفية ثابتة تخلق أجواء مواتية دائمة في طبقة عالمك.

ربما لاحظت أن انعكاسك يبدو مختلفاً في مرايا مختلفة. قد يبدو الوجه هو نفسه، ولكن كل مرآة تكشف عن نبرات مختلفة. تظهر فوارق غامضة ولكن يمكن إدراكها بوضوح: التلوين العاطفي، والحالة المزاجية، وحتى المظهر النفسي. ففي المرايا المختلفة قد يكون انعكاسك ودوداً أو غاضباً، سليماً أو عليلاً، جذاباً أو غير جذاب، دافئاً أو بارداً. ما الذي يسبب هذا التفاوت؟ ففي النهاية، يجب أن يعكس السطح العاكس نسخة مطابقة وغير متأثرة لصورة واحدة بعينها.

ومع ذلك، هناك عوامل عديدة لها تأثير ملموس على انتقال الصورة. فكما في الصورة الفوتوغرافية، يعتمد الكثير على الإضاءة، ولون الخلفية، وكذلك على المرآة نفسها.

في وقت مبكر من العصور الوسطى، لاحظ الناس الجاذبية الخاصة للمرايا البندقية. اشتهرت المرآة البندقية في جميع أنحاء العالم بجودتها الرائعة. ولكن لم يكن الزجاج هو الذي أعطى المرايا هذه الخاصية المميزة. لاحظ الناس أنه لسبب ما كان النظر إلى المرآة البندقية أكثر متعة بكثير من المرآة العادية. كان الوجه البشري يصبح أكثر جاذبية بشكل ملحوظ في صورة المرآة. اتضح أن الحرفيين البندقيين كان لديهم سر خاص بهم. فقد أضافوا الذهب إلى المَلْغَمَة – أي تركيبة السطح العاكس – وهذا جعل الألوان الدافئة هي السائدة في طيف الانعكاس.

بطريقة مماثلة، يمكنك تحسين جزء من المرآة المزدوجة ليكون خاصاً بك وحدك. لكي تجعل طبقة عالمك مكاناً مريحاً، يجب عليك تكوين مَلْغَمَتك الخاصة والمميزة. تتكون طبقة العالم من عدد كبير من ردود الأفعال – وهي موقف الشخص تجاه نفسه، وأيضاً تجاه مظاهر الواقع المحيطة به.

كفكرة مهيمنة، يمكنك، على سبيل المثال، اختيار العبارة التالية: "عالمي يعتني بي." يعبر الناس بسهولة عن موقفهم في شكل عدم رضا عندما يكون هناك سبب لذلك، بينما يتعاملون مع كل الأشياء الجيدة التي تحدث لهم بلا مبالاة تقريباً، ويعتبرونها أمراً مفروغاً منه. إنهم يفعلون ذلك دون وعي، ويتفاعلون كالمحار، بحكم العادة. لذا، ارتق الآن إلى مستوى أعلى، متجاوزاً مستوى المحار: استيقظ واستخدم امتيازك للتعبير عن موقفك بوعي. اضبط إدراكك للعالم بطريقة موجهة نحو الهدف، ووفقاً للفكرة المهيمنة، وبعد ذلك سترى كيف ستتفاعل المرآة. ستكون هذه هي خطوتك الأولى نحو التحكم بالواقع.

تذكر عندما كنت طفلاً – كان العالم يعتني بك حقاً، ولكنك لم تقدر ذلك واعتبرته أمراً مسلماً به. ألق نظرة على الماضي. ربما حدث شيء من هذا القبيل عندما كنت تزور جدتك في الريف. أطلق بصيرتك الذهنية إلى تلك الأيام الغابرة التي شعرت فيها بالراحة والسكينة. أحياناً تظهر شظايا الذكريات بوضوح شديد. يبدو وكأن رائحة سماوية تأتي من المطبخ – إنها جدتك وهي تخبز الكعك. أو ربما تجلس على ضفة النهر وبيدك صنارة صيد أو تنزلق على سفح تل على زلاجة... كيف كان ذلك؟ هل يمكنك تذكر ذلك الشعور المميز بالسكينة؟

لقد حدث هذا لأن العالم كان يعتني بك؛ كنت تشك في ذلك إلى حد ما، لكنك لم تولِه الكثير من الاهتمام. ومع ذلك، لم تكن تتذمر كثيراً أيضاً. كنت تشعر بالرضا، هذا كل ما في الأمر. الطفل، حتى عندما يلعب، لا يضع كل قلبه وروحه في استيائه. قد يصرخ، ويركل بقدميه الصغيرتين، ويلوح بيديه الصغيرتين، ولكن العالم يعتني به بدقة وعناية، ويكرر بهدوء: "حسناً يا صغيري، هل اتسخت؟ هيا، سنقوم بتنظيفك**!**"

عندما يكبر هذا الإنسان الصغير، يدّخر العالم كل ما هو أفضل له، ويمنحه الكثير من الهدايا المتمثلة في لعب جديدة ورائعة، ويعتني به بمحبة. العالم يعتني بعبئه. إنه مفضَّل العالم – مدلل**!** يكتشف هذا المحظوظ الصغير الكثير من الملذات الجديدة، لأن كل شيء جديد ومنعش، لكنه لا يدرك حقيقة أنه يستمتع بالحياة في تلك اللحظة. يدرك هذا بعد سنوات عديدة فقط، عندما يتذكر كم كانت الأمور رائعة ومدهشة مقارنة بما لديه الآن.

ولكن لماذا تصبح كل ألوان الحياة باهتة مع مرور الوقت؟ لماذا يحل محل ذلك الشعور الخفيف بالسكينة قلق مثير للمتاعب؟ هل لأن هناك المزيد من المشاكل عندما تكبر؟ لا، بل لأنه عندما يكبر الإنسان، يكتسب ميلًا للتعبير عن موقف سلبي. إن عدم الرضا هو شعور أقوى بكثير من مجرد الشعور بالرضا لأن الأمور مريحة وهادئة.

دون أن يدرك أنه سعيد الآن، على الرغم من كل شيء، يبدأ الشاب في توجيه المزيد والمزيد من المطالب إلى العالم. تتزايد طلبات الاستحقاق؛ يصبح مدللاً وناكرًا للجميل بشكل متزايد. بالطبع، ليس لدى العالم الوقت لتلبية كل هذه المطالب المتزايدة بسرعة، وها هو المفضَّل يبدأ بالفعل في التذمر بشأن كل شيء. إنه يغير موقفه تجاه العالم: "أنت سيئ**!** أنت لا تعطيني ما أريد**!** أنت لا تعتني بي**!**" وهذا الموقف السلبي مشبع بالفعل بكل قوة الروح الساخطة والعقل المتقلب.

لكن العالم مرآة، ولا يمكنه إلا أن يرفع ذراعيه بعجز ويجيب: "كما تشاء يا عزيزي. افعلها على طريقتك." ونتيجة لذلك، يتحول الواقع، كانعكاس لأفكار الشخص، إلى الأسوأ. وعندما يصل الأمر إلى هذه النقطة، تزداد أسباب عدم الرضا، وهذا بدوره لا يؤدي إلا إلى تفاقم العلاقة بين ذلك الشخص والعالم. وهكذا يتحول الصبي الذي كان مفضلاً ومدللاً إلى متذمر، خدعه الحظ، ويشتكي دائماً من أن العالم، كما يُفترض، مدين له بالكثير.

إنها صورة محزنة. لكن رجلنا لا يدرك أنه هو الذي أفسد كل شيء. عندما يرى سمات غير سارة في انعكاس المرآة، يركز انتباهه عليها ويعبر انعكاسياً عن سلبيته، ونتيجة لذلك يصبح كل شيء أسوأ مما كان عليه من قبل. يصبح الواقع في الانعكاس باهتاً تدريجياً، متبعاً الصورة الأصلية. هكذا تفقد طبقة عالم الفرد نضارة ألوانها السابقة وتصبح مظلمة وغير مريحة بشكل تدريجي.

لكن لا يزال بإمكانك إعادة كل شيء إلى ما كان عليه! هذا الشعور بالسكينة الهادئة، وكيف كان طعم المثلج عندما كنت طفلاً، والشعور بالجدة، وتوقع الأفضل، وفرحة الحياة. ومن السهل جداً القيام بذلك. إنه سهل لدرجة يصعب تصديقها. ولست بحاجة إلى أن تصدق – فقط جرب الأمر بنفسك. لا يخطر ببال الناس أن طبقة عالمهم يمكن تجديدها إذا وضعوا موقفهم تجاه العالم تحت سيطرتهم الخاصة. الطريقة التي تشكل بها إدراكك للعالم، هي الطريقة التي يظهر بها العالم المحيط أمامك. هذه ليست دعوة للنظر إلى الحياة بتفاؤل؛ بل يتطلب الأمر بذل جهد محدد لتشكيل واقعك.

من هذه اللحظة فصاعداً، بغض النظر عما يحدث، اجعل قاعدة لك أن تتحكم في موقفك. لا يهم أنك لا تشعر أو لا تعمل بشكل جيد كما تريد في هذه اللحظة. على أية حال، الأمور ليست سيئة للغاية، وبلا شك، يمكن أن تكون أسوأ بكثير. ففي النهاية، لا توجد صخور تتساقط من السماء، والأرض لا تحترق تحت قدميك، ولست مطارداً من الحيوانات البرية أينما ذهبت.

في الواقع، لقد تغير العالم كثيراً منذ أن أصبحت بارداً تجاهه. هل تتذكر كيف كان يهدهدك بين ذراعيه، ويطعمك كعك جدتك، ويقص عليك الحكايات الخرافية؟ لكنك كبرت، وأقيم جدار من الغربة بينك وبين العالم. تطورت العفوية الدافئة إلى انفصال، وتغيرت الثقة إلى توجس، بينما تحولت الصداقة إلى حساب رصين. ومع ذلك، لم يغضب العالم منك ولم يتخل عنك. لقد أصبح هادئاً بحزن ويتناغم معك الآن بجانبك، متأملاً، كصديق قديم جُرحت مشاعره بسبب استقبال بارد.

ألق نظرة حولك، عالمك لا يزال يعتني بك. لقد زُرعت تلك الأشجار والزهور من أجلك. هذه الشمس، السماء، الغيوم – أنت لم تلاحظها، لكن تخيل كيف سيكون الأمر لو لم تكن موجودة! وفي المساء، بعد يوم عمل شاق، لديك الفرصة للاستمتاع ببعض الدفء والراحة، بينما تعوي الرياح الباردة ويهطل المطر في الخارج. لا يزال العالم يطعمك ويضعك في سرير دافئ جيد. عندما ينظر إليك، يتنهد العالم بحنين إلى تلك الأوقات السعيدة. لكنك تدير ظهرك بلا مبالاة وتنام، مقتنعاً تماماً بأن العالم أسوأ الآن وأنه لا يمكنك العودة إلى الماضي.

لكن العالم لم يتغير، تماماً كما لا يمكن للمرآة أن تتغير. ما هو مختلف هو موقفك، والواقع تبعه كانعكاس لأفكارك. لكن استيقظ الآن، افتح عينيك، انهض قليلاً من سريرك الدافئ وانظر حولك: إنه لا يزال العالم السابق الذي كان يعتني بك والذي اعتدت أن تقضي معه أوقاتاً ممتعة. تخيل كم سيكون سعيداً عندما تستيقظ أخيراً من هذا الوهم الشرير!

الآن أنتما معاً مرة أخرى، وسيكون كل شيء كما كان من قبل تماماً. فقط لا تسيء إلى هذا الخادم المخلص القديم مرة أخرى بموقف جاحد. والأهم من ذلك، لا تستعجله. لأنك تعلم، وفقاً للمبدأ الثالث للمرآة، أن العالم يحتاج إلى وقت للعودة إلى ما كان عليه. في البداية ستحتاج إلى الصبر وضبط النفس. يجب أن تفهم أنك تقوم بعمل محدد لتشكيل واقعك.

تتضمن المهمة ما يلي. عندما تجد نفسك في أي ظرف من الظروف، حتى أكثرها تفاهة، استمر في تكرار عبارة المَلْغَمَة في أي موقف، بغض النظر عما يحدث – سواء كان جيداً أو سيئاً. إذا صادفت حظاً، لا تنس أن تؤكد لنفسك أن العالم يعتني بك حقاً. أعلن هذا التأكيد كلما اختبرت شيئاً جيداً، مهما كان صغيراً. وعندما تواجه ظرفاً سيئاً، استمر في تكرار، بغض النظر، أن كل شيء يسير على ما يرام، وفقاً لمبدأ تنسيق القصد.

بغض النظر عن كيفية سير الأمور، يجب أن يكون رد فعلك هو نفسه تماماً – أن العالم يعتني بي في كل الأحوال. إذا كنت محظوظاً، انتبه لذلك بشكل خاص وإذا لم تكن كذلك، فاتبع مبدأ تنسيق القصد، وستبقى دائماً على مسار حياة ناجح. ففي النهاية، ليس عليك أن تعرف ما هي الصعوبة التي يدافع عنك العالم منها وكيف يفعل ذلك. فقط ثق بالعالم.

يجب أن تتعلم الثقة بالعالم. عندما يجد الناس أنفسهم في موقف صعب، يكون لديهم ميل واضح إلى الاعتماد على قوتهم الخاصة، بدلاً من الاعتماد على تزامن الظروف المواتية. يصر الطفل الأكبر سناً بعناد: "سأفعل ذلك بنفسي!" لذا فإن العالم يضعه على الأرض ويمنحه الفرصة لتدبر أمره بنفسه: "بالتأكيد، بالتأكيد يا عزيزي. اركض الآن بقدميك الصغيرتين."

أذِبْ جليد عدم الثقة. كلما واجهت مشكلة، حتى لو كانت بسيطة، قل لنفسك: "أنا أسمح للعالم أن يعتني بي." هذا لا يعني أنه لا يجب عليك فعل أي شيء على الإطلاق والجلوس مكتوف الأيدي. أنا أتحدث عن التعود على فكرة أن كل شيء يجب أن يسير نحو الأفضل من تلقاء نفسه، وكأمر مفروغ منه. ستعكس المرآة بلا شك فكرتك: "ليكن الأمر تماماً كما تعتقد."

عوّد نفسك على السماح للعالم أن يعتني بك، من أتفه الأمور إلى أهمها. لنقل أنك غادرت منزلك دون مظلة، ويبدو أن المطر سيبدأ في أي لحظة. لا داعي للعودة. قل لنفسك: "أنا وعالمي سنذهب في نزهة." قل لعالمك: "أنت ستعتني بي، أليس كذلك؟" وبالتأكيد سيرد: "حسناً، حسناً يا عزيزي." يمكنك المضي قدماً ووضع ثقتك في حقيقة أن عالمك سيعتني بك. لن يبدأ المطر في الهطول، وإذا هطل، فسيوفر لك عالمك ملجأ في الوقت المناسب. ومع ذلك، في حالة الفشل، لا تشعر بالإهانة لأن العالم لم يعتني بالموقف، إذا كان لديك شكوك حول ذلك. لا تنس أنك أمام مرآة؛ يتم عكس إدراكك للعالم، وصولاً إلى أدق التفاصيل – لا أكثر ولا أقل. لا تنزعج كثيراً، أو ما هو أسوأ، لا تحاول محاربة شكوكك – فهذا لا يجدي نفعاً. اترك بعض المجال للأخطاء والفشل. أهم شيء هو الاستمرار في نفس الاتجاه العام.

في الواقع، يمكنك أن تثق بالعالم في الكثير من الأمور، إذا سمحت له بالاعتناء بك. لا يمكنك التعامل مع مشاكلك بنفسك. سلّمها للعالم – فالعالم لديه فرص لا تُقارن لحلها أكثر مما لديك أنت. على سبيل المثال، لا يمكنك الهروب من جميع الأخطار بمساعدة قصدك الداخلي، لأن طبقة عالمك تتقاطع مع الكثير من الطبقات التي تخص الآخرين. بدلاً من توجيه قصدك نحو سلامتك، وجهه نحو تشكيل عالمك ليكون عالماً يعتني بك ويحميك. عندئذٍ، سيتولى قصد عالمك المسؤولية.

بناءً على ما يقلقك أكثر، يمكنك اختيار مَلْغَمَة خاصة. شيء مثل هذا، على سبيل المثال: "عالمي يختار لي أفضل الأشياء فقط. إذا سرت مع تيار الاحتمالات، فإن العالم يتحرك نحوي. بقصدي ، أنا أشكل طبقة عالمي بنفسي. عالمي يحميني. عالمي يخلصني من المشاكل. عالمي يضمن أن أعيش حياة سهلة ومريحة. أنا أقدم طلباً، وعالمي يلبيه. قد لا أعرف، لكن عالمي يعرف كيف يعتني بي. يتحقق قصدي، كل شيء يقود إليه، وكل شيء يسير وفقاً للخطة."

أو يمكنك العثور على مَلْغَمَة جديدة خاصة بك أو حتى عدة مَلْغَمَات. أكرر، الشيء الرئيسي هو أن تتحلى بالصبر وألا تكل أبداً من إعلان عبارة المَلْغَمَة كلما سنحت لك الفرصة للقيام بذلك. لا يُطلب الإصرار إلا في البداية، حتى تتطور لديك عادة. بعد ذلك، سيصبح كل شيء سهلاً للغاية.

تحتوي هذه التقنية البسيطة على قوة جبارة – ليس لديك فكرة عن ذلك. عن طريق التحكم في موقفك تجاه العالم، أنت تتحكم في الواقع. ستجسد المرآة المزدوجة تلك المناطق في فضاء الاحتمالات حيث يعتني العالم برفاهيتك دائماً. بمرور الوقت، ستشكل واقعاً مريحاً جداً لنفسك.

استعد، فـ شلال رائع من الأحداث السارة ينتظرك. أقول هذا دون أدنى مبالغة. ستتحول طبقة عالمك حرفياً بطريقة بالكاد ستجد معها وقتاً للدهشة. والآن، في هذه اللحظة بالذات، أنت تدرك بالفعل أنك لن تنظر إلى العالم بالطريقة التي اعتدت عليها. لقد اختبرت رياح التغييرات الصاعدة. هي ستعتني بكل شيء – كن واثقاً من ذلك.

🌟 **مطاردة الانعكاس**

يخلق الإنسان، من خلال إدراكه للعالم، طبقة فردية للعالم – أي واقعاً منفصلاً. يكتسب هذا الواقع، اعتماداً على موقف الشخص، مسحة معينة. مجازياً، يتم تحديد "ظروف جوية" معينة هنا: نضارة الصباح مع شمس مشرقة، أو غيوم وهطول أمطار غزيرة، أو كما يحدث أحياناً، إعصار عنيف أو كارثة طبيعية كاملة.

إلى حد ما، يتشكل الواقع المحيط، كما يُعتقد عادة، نتيجة لأفعال الشخص المباشرة. ولكن الأشكال الذهنية تمتلك قوة لا تقل عن ذلك؛ إلا أن نشاطها ليس واضحاً. على أية حال، تحدث معظم المشاكل بسبب موقف الشخص السلبي. ولهذا السبب، فإن الفوضى التي أحدثتها على المستوى الميتافيزيقي، عليك أن تصلحها على المستوى المادي، وهذا لا يزيد الأمور إلا تعقيداً.

🌟 حلقة التغذية المرتدة المُغلقة

إن صورة الواقع المغاير تعتمد، بالدرجة الأولى، على كيفية وضع المرء لنفسه تجاه كل ما يحيط به. ولكن، وفي الوقت ذاته، فإن إطاره العقلي يتحدد أيضاً بالأشياء المحيطة به. إذن، ما لدينا هنا هو حلقة تغذية مرتدة مُغلقة: يتشكل الواقع كانعكاس للصورة الذهنية للشخص، وهذه الصورة، بدورها، تتحدد في جوانب كثيرة بالانعكاس ذاته.

الشخص الواقف أمام مرآة يوجه كل انتباهه إلى الانعكاس، دون أن يسعى للنظر إلى ذاته من الداخل. ولهذا السبب، فإن الانعكاس، وليس الصورة الأصلية، هو من يلعب الدور المهيمن في سلسلة التغذية المرتدة. يقع المرء تحت سيطرة المرآة، لأنه يبدو مُنوّماً مغناطيسياً، وهو يحدق في نسخته. لا يخطر بباله أنه يمكنه تغيير الأصل. وبسبب هذا الهوس بالتركيز على الانعكاس تحديداً، فإننا نحصل على ما لا نريده بنشاط.

🌟 العواطف السلبية في مرآة الواقع

في العادة، تتمكن المشاعر السلبية من السيطرة الكاملة على انتباهنا. فنحن منشغلون بالأشياء التي لا تسعدنا. نفكر فيما لا نريده، ولا نريد ما نفكر فيه. تلك هي المفارقة. لكن المرآة لا تأخذ في الحسبان ما يريده الشخص أو لا يريده – إنها ببساطة تستنسخ محتويات الصورة حتى آخر تفصيل – لا أكثر ولا أقل. إنه موقف سخيف للغاية. نحن نتسكع باستمرار حول الأشياء التي لا نطيقها. الأمر ليس "لساني هو عدوي"، بل أفكاري هي أعدائي. وعلى الرغم من كل هذا السخف، فهذا هو الواقع.

ماذا يحدث عندما تكره شيئاً ما؟ أنت تضع في هذا الشعور وحدة الروح والعقل معاً. صورة واضحة ومُنعكسة بامتياز في المرآة تملأ الطبقة الكلية من عالمك. الأشياء التي تكرهها هي الأشياء التي تحصل عليها بإفراط في الحياة. ونتيجة لذلك، تصبح أكثر انزعاجاً، فتضخم بالتالي من حدة شعورك. في عقلك، ترسل رسالة إلى الجميع لـ "يبتعدوا قدر الإمكان" أو "تباً لكم جميعاً!". والمرآة تعيد إليك هذا البوميرانغ (الصولجان المرتد). أنت ترسل شخصاً أو شيئاً ما إلى مكان غير مرغوب فيه، وها أنت قد أُرسلت إلى نفس المكان. هل تتزايد المشكلات؟ بالتأكيد! لو كنت تقف أمام مرآة وتصرخ: "اغرب عن وجهي!"، فأي نوع من الانعكاس كنت سترى؟ انعكاساً يطلب منك أن تغرب عن وجهه، مع عالمك بأكمله.

🌟 العدوانية والنفور يحددان الانعكاس

وبنفس الطريقة، يدخل الشيء المُدان إلى طبقة عالم "المُدِين" (المُتَّهِم). تخيل المثال النمطي التالي: سيدة مُسنة غاضبة تنظر إلى الجميع بلوم وعتاب. هي بذاتها التجسيد الحي للعدالة الصارمة التي لا تخطئ – هي "منصفة تجاه الآخرين وضميرها"، بينما بقية العالم مذنب وعليه أن يتحمل مسؤولية عدم إرضائها. لقد تم تحديد الصورة بوضوح ودقة قدر الإمكان. عندما تنظر بغطرسة كهذه في المرآة، فإنها تخلق عدالة مكافئة؛ أي أن العدل ينتشر حيثما ذهبت. وكيف يمكن للعالم أن يتفاعل بطريقة أخرى؟ إنه لا يحكم عليها، ولا يبرر نفسه أيضاً. العالم، بصفته الجوهرية، يصبح بالضبط كما يتخيله الناس.

الشيء نفسه يحدث عندما يجد شخص ما شيئاً غير مقبول. على سبيل المثال، إذا كان شخص ما يعارض بشدة تعاطي الكحول، فمن المرجح أن يجده في كل زاوية. سيظل إدمان الكحول يزعجه بطرق مختلفة، حتى يتزوج بمدمن أو مدمنة كحول. وكلما اشتدت كراهية الزوجة للكحول، زادت احتمالية شرب الزوج. قد يحاول الزوج الإقلاع عن الشرب من حين لآخر، لكنها تكره الكحول بشدة وتستمتع بنفورها وتستمر في التكرار بانتقام: "لا سبيل لك للإقلاع عن الشرب!" وفي الواقع، إذا لم يكن لدى الزوج نية حازمة، فإن الزوجة تكون "عنيدة" في نفورها لدرجة أنها تستطيع أن تزرع شكلها العقلي في طبقة عالمه.

🌟 التشاؤم وتجذير المصائب

إن الميل إلى التوقعات المتشائمة يبدو عموماً غير جذاب من الخارج. فموقف مثل: "حسناً، هذا لن ينجح على أي حال!" يشبه السادية المازوخية. يحصل المتشائم على متعة منحرفة وهو يستمتع بأعبائه الثقيلة: "العالم سيئ بقدر ما يمكن أن يكون. حسناً، في هذه الحالة، فليذهب هو وأنا إلى الجحيم!" تتطور هذه العادة المرضية في التعبير عن السلبية جنباً إلى جنب مع الميل إلى حمل الأحقاد. "أنا رائع جداً، لكنك لا تقدر ذلك! أليس هذا هو قمة الظلم؟! بالطبع هو كذلك – أنا غاضب الآن، فلا تحاول إقناعي بالعكس. عندما أموت، ستتعلم!" وماذا تكون النتيجة؟ صورة المشكلة الحتمية لا تنعكس فقط في المرآة، بل تتجذر بقوة هناك. المظلوم يجهز بنفسه مسرحاً بائساً ثم ينتصر: "حسناً، ألم أقل لكم؟!" بينما المرآة ببساطة تُلبي طلب "ما تشاء..."

بالمثل، يصف الفاشل مصيره المحتوم: "الحياة كلها ظلام دامس، وليس هناك بصيص من نور أينما نظرت." إنه يبذل قصارى جهده لكي لا يرغب في هذا المصير، وبالتالي يوجه كل طاقته العقلية نحو التذمر والتحسر. ولكن ما الذي يمكن أن تعكسه المرآة، إذا لم يكن في الصورة الأصلية سوى عدم الرضا؟ محتوى الصورة هو: "أنا مستاء! أنا لا أريد هذا!" – وهذا هو الانعكاس: "نعم، أنت مستاء، وأنت لا تريد هذا." مرة أخرى، يتم فقط عكس الحقيقة ذاتها – لا أكثر ولا أقل.

إن الاستياء له طبيعة مفارقة مماثلة – فهو يولد نفسه ذاتياً. هناك قاعدة "ذهبية" يمكنك إدراجها في كتاب دراسي للأغبياء الكاملين: "إذا لم أحب نفسي، فأنا لا أحب نفسي." ومهما بدا هذا القول غريباً، فإن هذا الحشو اللفظي يتضمن مبدأ يتبعه الكثير من الناس.

لنأخذ المظهر على سبيل المثال. من السهل أن نرى أن جميع الأطفال الصغار تقريباً جذابون جداً. فمن أين يأتي كل هؤلاء البالغين الذين هم غير سعداء بمظهرهم؟ من نفس المكان – من المرآة التي تعيد جميع الشكاوى. الأشخاص الذين لديهم ميل سائد للإعجاب بأنفسهم يصبحون جميلين – هذا هو سرهم. إنهم يسترشدون بالقاعدة: "إذا كنت أحب نفسي، فلدى المزيد والمزيد من الأسباب للقيام بذلك."

الأمر يختلف تماماً عندما تقول صورة لانعكاسها: "انظر كيف زاد وزني قليلاً – يجب أن أفقد بضعة كيلوغرامات!" تجيب المرآة بفتور: "نعم، أنت سمين؛ تحتاج إلى فقدان الوزن." أو هذه: "انظر كيف أصبحت نحيفاً – أحتاج إلى بناء عضلات!" وتأتي الإجابة: "نعم، أنت هزيل؛ تحتاج إلى العمل على ذلك." الواقع يستجيب كصدى، مؤكداً ما سمعه.

🌟 التعاسة والذنب يجلبان العقاب

وهكذا يقوم عقدة النقص بزراعة نفسها ذاتياً. فبعد تدني احترام الذات، تأتي العبارة المناسبة، والتي يظهرها الانعكاس في الواقع. "ليس لدي أي مواهب خاصة!" – "نعم، أنت عديم الكفاءة." "أنا لا أستحق حظاً أفضل!" – "لا، أنت لا تستحق؛ ليس لديك ما تعتمد عليه."

وإذا كان لدى الشخص، علاوة على كل شيء آخر، شعور متأصل بالذنب، فهو إذن بطة ضائعة (شخص هالِك). "أنا مذنب! يجب أن أسدد ديني!" – "نعم، أنت تستحق العقاب، وستنال عقابك." وكيف يمكن أن يكون الأمر مختلفاً؟

إذا كان شخص ما يشعر بالذنب، حتى لو كان يفعل ذلك دون وعي، فما الذي يجب أن ينعكس في المرآة؟ شكل من أشكال الدفع، بالتأكيد!

هل ما زلت بحاجة للقول إن المخاوف والقلق تتحقق بالسرعة نفسها؟ يخشى الناس الكثير من الأشياء، ومع ذلك، فإن معظمها يتطلب الكثير من الطاقة لتحقيقها. فالحوادث والكوارث هي دائماً حالات شاذة تخرج عن تناغم تيار المتغيرات المتوازنة. ولكن إذا كان حدث غير مرغوب فيه يقع ليس بعيداً جداً عن التيار، فمن المؤكد أنه سيحدث لأن شخصاً ما يجذبه بأفكاره.

🌟 الشكوك والنفور من التجنب

تعمل الشكوك، بالمقابل، بطريقة معاكسة تماماً. على النقيض من الخوف، الذي يركز الانتباه على التحقق المحتمل للحدث، فإن الشك يرتبط أكثر بفكرة أن الحدث لن يقع. ولكن بالطبع، في كثير من الحالات تتحقق الشكوك، وكأنها ضد ما هو مرغوب. ولكن لماذا نقول "ضد"؟ يبدو للناس فقط أن نوعاً من "قانون سوء الحظ" هو الذي يعمل. في الواقع، إنها ببساطة المرآة التي تعكس محتويات أفكار الشخص، وليس أكثر. في كلتا الحالتين، فإن الرغبة في تجنب شيء ما تزيد بشكل كبير من احتمال وقوع التأثير. يحدث كل شيء كما لو كان تحدياً، مما يقود الشخص غالباً إلى الدخول في حالة من الضيق والانزعاج، أو ربما يبقى في هذه الحالة معظم الوقت.

تُكمل الحالة المُتهيجة الصورة العامة لإدراك العالم. ونتيجة لذلك تحصل على صورة متكاملة: "أشعر بعدم الارتياح." ووفقاً لذلك، يتم بناء واقع فردي، حيث يؤدي كل شيء إلى استمرار هذا الانزعاج بل وازدياده سوءاً. بهذا الموقف السلبي، يقوم الشخص بنفسه بتلوين طبقة عالمه باللون الأسود. أي موقف يتلقى حقنة غاضبة من الشعور من الروح وقناعة راسخة من العقل ينعكس في الواقع. ويحدث هذا حرفياً، من شخص لآخر، بغض النظر عما يحاول الشخص التعبير عنه: سواء كان انجذاباً أو نفوراً. هنا يعمل المبدأ الرابع للمرآة: المرآة ببساطة تعكس محتوى الموقف، متجاهلة اتجاهه.

🌟 لماذا لا نستطيع تغيير الواقع؟

ماذا يفعل الشخص عندما يرى أن الأشياء التي لا يريدها في حياته تتحقق؟ بدلاً من إلقاء نظرة على الصورة، يوجه كل انتباهه إلى المرآة ويحاول تغييرها. الانعكاس هو الواقع المادي، وهناك تضطر إلى التصرف ضمن حدود النية الداخلية فقط. أي، إذا كان العالم لا يطيع، ويتجه في اتجاه معاكس تماماً، فعليك أن تمسكه من عنقه وتسحبه بكل قوتك إلى حيث تريده أن يكون. هذه بالتأكيد مهمة صعبة. وهي في كثير من الحالات مستحيلة تماماً. وكل هذا لأن الوضع سخيف للغاية: فالشخص الواقف أمام المرآة يحاول الإمساك بانعكاسه بيديه والقيام بشيء به.

إن النية الداخلية، بقوة الفعل المباشر، تسعى لتغيير واقع تحقق بالفعل. لقد تم بناء منزل، ولكنه ليس بالطريقة التي أردتها. لذا عليك أن تتدخل وتبدأ من جديد، ولكن حتى ذلك الحين، لا يزال الأمر يسير بشكل خاطئ. في مثل هذه الحالة، تشعر وكأنك تجلس خلف مقود سيارة لا يمكن السيطرة عليها. الفرامل لا تعمل؛ والمحرك إما يتعطل أو يزأر بصوت عالٍ. يحاول السائق جاهداً التكيف مع الواقع، لكن السيارة تتصرف بطريقة غير متوقعة على الإطلاق.

وفقاً لكل منطق، لتجاوز عقبة، يجب أن تنعطف إلى الجانب؛ ومع ذلك، فإن ما تحصل عليه هو عكس ذلك تماماً: بمجرد أن استحوذت العقبة الخطيرة على انتباهك، يصبح التأثير حتمياً. تدور عجلة القيادة في اتجاه، بينما تندفع أنت في اتجاه مختلف. وكلما ضغطت على المكابح، زادت سرعتك.

🌟 من يتحكم بمن؟

اتضح أنك لست أنت من يتحكم في الواقع؛ بل الواقع هو الذي يتحكم فيك. المشاعر التي تختبرها تشبه إلى حد كبير تلك التي كنت تشعر بها عندما كنت طفلاً صغيراً: ها أنا أركض وأصرخ وعيناي جاحظتان. العالم لا يريد أن يطيعني – **"انظر كيف يزعجني!"** لا أريد أن أستمع لأحد أو أفهم أي شيء. أنا فقط أركض وأصرخ، وصرخاتي تتردد بضربات قدمي على الأرض. هل تتذكر الآن كيف يحدث ذلك؟ **"ولماذا رأسي مشوش جداً؟!"** يحاول الكبار أن يشرحوا لي شيئاً ما، لكني لا أرغب في رؤيته. يجب أن يكون كل شيء كما أريد – **نقطة انتهى!**

لقد أصبحت بالغاً، لكن لم يتغير شيء – ما زلت لا أفهم شيئاً. الأمر لا يزال كما كان. أصرخ وأطالب بأن يطيعني العالم. لكن العالم يفعل كل شيء ضدي، لذلك أبدأ بالركض والصراخ مرة أخرى. أنا أركض نحو الواقع، لكن ريح النية الداخلية تهب في وجهي. كل شيء يذهب سُدى – الواقع يتحكم بي؛ يجبرني، وكأنني نوع من المحار، على التفاعل سلبياً، وبسبب ذلك، تسوء الأمور أكثر فأكثر.

كيف أقود هذه السيارة المجنونة؟ ماذا يجب أن أفعل – ما هو الخطأ الذي أرتكبه؟

🌟 المبدأ الخامس للمرآة: تحويل التركيز

يكمن خطأك في حقيقة أنك تنظر إلى انعكاسك، ولا تغفل عنه أبداً. هذا هو مصدر جميع مشاكلك. إذن، هذا ما يجب عليك فعله. أولاً وقبل كل شيء، يجب أن تتوقف عن ملاحقة الانعكاس، وتتوقف. هذا يعني أنه عليك أن ترفع نظرك عن المرآة وتتوقف عن استخدام النية الداخلية لتحويل العالم إلى حيث تحتاج أن يتحول. عند هذه النقطة، ستتوقف السيارة المجنونة فجأة، وسيتوقف الواقع أيضاً. وعندئذ سيحدث شيء لا يصدق: سيتحول العالم لصالحك من تلقاء نفسه.

🌟 العالم يتحرك نحوك

العقل البشري العادي يحاول عبثاً التأثير على الانعكاس في المرآة، بينما عليك أن تغير الصورة نفسها. الصورة هي اتجاه وطبيعة أفكار الشخص. تكمن المشكلة بأكملها في أن الناس ينظرون أولاً في المرآة وبعد ذلك فقط يعبرون عن موقفهم تجاه ما رأوه. وبقيامهم بذلك، فإنهم يعبرون عن نيتهم، طوعاً أو كرهاً، مما لا يزيد الواقع إلا سوءاً. يؤدي الاتجاه نحو السلبية إلى ظهور المزيد والمزيد من السمات السلبية في المرآة. تُصبغ الطبقة الفردية للعالم بألوان كئيبة وتمتلئ بأحداث غير مواتية على الإطلاق لصاحبها. عندما يشعر شخص ما بالإحباط، تبدأ الغيوم في المرآة بطبيعة الحال بالتحول إلى اللون الرمادي. وفي اللحظة التي تتخذ فيها موقفاً عدوانياً، ينتفض العالم على الفور رداً على ذلك. لاحظ ما يلي: إذا انزعجت من شخص ما وعبّرت عن انزعاجك فجأة، فعلى الفور بعد ذلك، ستندلع مشكلة أخرى. وكلما أصبحت أكثر انزعاجاً، زاد تعلق جميع أنواع المشاكل الجديدة بك بوقاحة – وسيبدأ الجميع في إزعاجك بشيء ما.

الشخص مرتبط بالمرآة بأوتار الأهمية. ففي النهاية، كل ما يحدث في المرآة هو، أساساً، حياته، وهو ذو أهمية كبيرة بالنسبة له. فإما أن يحب ما يراه أو لا يحبه. ولكن في كلتا الحالتين، يتطابق محتوى أفكاره مع الانعكاس، وبالتالي يعزز الوضع الحالي أكثر. وبقدر ما تقع الصورة تحت سيطرة الانعكاس، يصبح الشخص معتمداً بالكامل على الواقع المحيط به.

كلما كان الشعور أكثر حدة، كان الارتباط بالمرآة أقوى. لا يهم ماذا تفكر؛ المهم هو عما تفكر. سواء أعجبك الانعكاس أم لا، فأنت تفكر فيه. الشيء الوحيد المهم هو محتوى أفكارك. إن "عدم القبول" يتجه دائماً في الاتجاه المعاكس: "اتركني وشأني!" أو "لقد سئمت من كل هذا!" ولكن بغض النظر عن اتجاهه، فإن موقفك يحمل معه الشيء الذي يسبب عدم الرضا. والشعور القوي الذي وُلد في وحدة الروح والعقل يعطي للصورة معالمها المحددة جيداً. ونتيجة لذلك، تبدأ كل الأشياء التي تتوافق مع محتويات الصورة في السيطرة على الانعكاس.

ولهذا السبب يزداد الفقراء فقراً، بينما يصبح الأغنياء أكثر ثراءً – فجميعهم ينظرون إلى مرآة العالم، وكل واحد منهم يحدد بطريقته الخاصة مظهر الواقع المحيط به. هذا الواقع يجذبك إلى الداخل، مثل المستنقع. سيدة عجوز في طابور لاستلام معاشها؛ امرأة متعبة تحمل أكياساً ثقيلة في حافلة مزدحمة؛ مريض يتجول من مستشفى إلى آخر. إن أفكارهم هي التي تبقيهم في واقع كئيب. في غضون ذلك، يستمتع شخص آخر بالحياة في هذه اللحظة: البحر، اليخوت، السفر، الفنادق الفاخرة، المطاعم باهظة الثمن – كل ما يتمناه قلبه. في جميع الحالات، وبغض النظر عن طبيعة المحيط، يتم تأسيس الحقيقة التالية: "هكذا نعيش." أو بالأحرى، نحن نعيش بالطريقة التي نفكر بها في وجودنا. المرآة تؤكد وتعزز محتويات صورتنا الذهنية أكثر.

🌟 الخروج من الدائرة المُغلقة

لا فائدة من إيراد الاعتراضات النمطية التي مفادها أن ظروف البداية مختلفة لكل شخص: فالبعض ولد في فقر؛ والآخر حصل على ميراث غني. نعم، نقطة البداية تحدد في كثير من الجوانب كيف تبدأ وتتطور طريقة الحياة في المستقبل. ولكن هذا لا يعني بأي حال من الأحوال أن هذا "الرأسمال الأولي" يقرر كل شيء. هناك عدد كبير من الأمثلة لأشخاص صعدوا من أدنى طبقات المجتمع إلى الطبقات الراقية، والعكس صحيح. هل هذه استثناءات نادرة تؤكد القاعدة؟ قد يكون هذا صحيحاً، باستثناء أنه إذا كانت هذه الاستثناءات ممكنة على أي حال، فإن القاعدة ليست غير قابلة للكسر. لا يهم مدى عمق الحفرة التي تجد نفسك فيها، يمكنك دائماً تغيير كل شيء، وسيكون التغيير جذرياً. ولا يهم بتاتاً أنك ليس لديك أدنى فكرة عن كيفية تحقيق ذلك. لست مضطراً لمعرفة الطريقة المحددة – ستظهر من تلقاء نفسها. تعتقد أنك تحت رحمة ظروف لا تستطيع تغييرها. في الواقع، هذا وهم واحتيال يمكنك تدميره بسهولة إذا أردت. المسألة هي أننا جميعاً نسير في دائرة مغلقة، غير مدركين لما يحدث: نلاحظ الواقع – نعبر عن موقفنا تجاهه – المرآة تثبت محتويات موقفنا في الواقع. من أجل تحويل الواقع، عليك فقط الخروج من الدائرة.

لنفترض أنك تنظر إلى الواقع المحيط بك، وتعتقد أنه لا توجد طريقة لتغييره. حسناً، هذا صحيح في الواقع. بنيتك الداخلية تحاول التلاعب بالانعكاس، ولكنك غير قادر على إحداث أدنى تأثير عليه. هناك القليل جداً من الفرص في هذا الجانب من المرآة. ولكن يمكنك التحكم في موقفك تجاه الواقع، وعندئذ ستتدخل النية الخارجية، وليس هناك شيء لا تستطيع فعله. ففي الجانب الآخر من المرآة توجد متغيرات من الأحداث تتكشف ولا يمتلك العقل البشري أدنى فكرة عنها.

🌟 المبدأ الخامس للمرآة: السيطرة على الأفكار

لذلك، لإطلاق آلية النية الخارجية، تحتاج إلى إكمال المبدأ الخامس للمرآة: حوّل انتباهك من الانعكاس إلى الصورة. بعبارة أخرى، يجب أن تسيطر على أفكارك. لا تفكر فيما لا تريده وتحاول تجنبه؛ بدلاً من ذلك، فكر فيما تريده وتسعى لتحقيقه.

ألقِ نظرة أخرى على صيغة الدائرة المغلقة. يتحرك الشخص حرفياً وفقاً لدائرة المرآة هذه مثل حمار صغير يتبع جزرة معلقة على عصا. يرتبط بالمرآة بموقفه – رد فعل فطري على الواقع – وهو يحاول ببساطة بلا مبالاة اللحاق بالانعكاس لتغييره. والآن، لنحاول عكس الدائرة المغلقة: نعبر عن موقفنا – المرآة تثبت محتويات موقفنا في الواقع – نلاحظ الواقع. ماذا لدينا الآن؟

تتوقف الحالة البدائية والعاجزة لموقفنا، وتحل محلها صياغة هادفة وموجهة نحو الهدف للصورة. بدلاً من التعبير الاعتيادي عن عدم الرضا عما رأيته في المرآة، أبتعد عن المرآة وأبدأ في تكوين صورة في أفكاري لما أود رؤيته. هذه هي طريقة الخروج من متاهة المرآة. يتوقف العالم، ثم يتجه نحوي. والآن لم أعد أركض – أنا في مكاني؛ وهذه المرة يتحرك الواقع نفسه نحوي وهناك بالفعل ريح مختلفة تهب في وجهي – ريح النية الخارجية.

🌟 قوة النية الخارجية

كنت أفعل كل شيء بطريقة خاطئة: لقد أسميتها المطاردة السخيفة لانعكاسي. لقد تركت العالم يتحول من تلقاء نفسه وفقاً لأفكاري. لا تزال دائرة المرآة مغلقة، لكنني لم أعد أمشي في الدائرة – إنها تدور من تلقاء نفسها، موجهة بواسطة النية الخارجية. لقد تم استبدال نيتي الداخلية بالنية الخارجية، لأنني توقفت عن محاولة التلاعب بانعكاسي. أنا فقط أقوم بتكوين الصورة المرغوبة عمداً في أفكاري، بينما المرآة المزدوجة تُظهر في الواقع القطاع المقابل في فضاء المتغيرات.

تكمن الصعوبة الوحيدة في غرابة الموقف. الشيء غير العادي هو أن عنصر "ملاحظة الواقع" يوضع في نهاية الدائرة. اعتاد الناس على التصرف وفقاً للقاعدة: "ما أراه هو ما أستمر في التركيز عليه." إنهم يرسلون نظرتهم إلى العالم، والعالم، كالصدى، يعيد إليهم الجوهر المشوه فقط: "لا أريد أن تمطر!" – "مطر، مطر..."؛ "لا أريد أن أدرس!" – "دراسة، دراسة..."؛ "لا أريد أن أعمل!" – "عمل، عمل..."

ونتيجة لذلك، تتحقق المحتويات المُصفاة لموقفهم في الواقع. يمكنك أن تتخيل المونولوج التالي الذي تقوم به المرآة، والتي سئمت من كل هذا الارتباك:

"أنت لا تقوم بذلك بشكل صحيح. حسناً، ما الذي تحتاجه لتشعر بالرضا؟ أنت لا تريد أن تفعل كذا وكذا. حسناً، ربما ستتكرم أخيراً وتحدد ماذا تريد أن تفعل؟ أنت لا تحب هذا وهذا. إذن أخبرني، أيها الزميل العزيز، ماذا يمكنني أن أفعل من أجلك؟" كل شيء بسيط جداً. يجب استبدال الموقف السلبي بموقف إيجابي. يجب عليك إجراء جرد لأفكارك والتخلص من جميع البادئات الدالة على النفي. الاستياء، عدم الرغبة، عدم القبول، الرفض، الكراهية، عدم الإيمان بالنجاح وما إلى ذلك – اجمع كل هذه القمامة في كيس وارمها في مكب النفايات. يجب أن تتوجه أفكارك نحو الأشياء التي تريدها وتحبها. عندئذ فقط ستبدأ المرآة في عكس الأشياء الممتعة فقط.

🌟 كيف تصنع مزاجك وتتحلى بالصبر؟

عليك أن تفهم أن الواقع الإيجابي لن يُخلق على الفور. ستحتاج إلى الصبر والوعي. لم يعد أي شيء كما كان في السابق: أنت لا تتفاعل مع الواقع المحيط، بل تتولى القيادة وترسل أشكالاً عقلية عمداً إلى العالم. على الرغم من الانعكاس السلبي الواضح، فإنك تعبر عن موقف إيجابي. نعم، بالمعنى المجازي، هذا عمل غير عادي، ولكن ما هو الأفضل: أن تكون تحت رحمة الظروف، مثل أي شخص عادي، أم أن تكون لك يديّ حرة لتكون مسؤولاً عن مصيرك؟

يتشكل مزاج الناس كرد فعل على الظروف الناشئة، سواء كانت إيجابية أو سلبية. كقاعدة عامة، يحافظ الميل إلى السلبية على معنوياتك منخفضة. بدلاً من ذلك، يجب أن تفعل العكس – أن تصنع مزاجك عمداً بنفسك. مجرد معرفة أنني قادر على التحكم في الواقع هو بالفعل رافع للمعنويات. بنيتي تحدد ألوان واقعي. بغض النظر عن الظروف، أضع نفسي في مزاج بهيج. أفعل ذلك بوعي، ولا أتفاعل بشكل غريزي مع المهيجات الخارجية. من الضروري تطوير هذه العادة. ستساعدك الشريحة (صورة الهدف) على خلق المزاج الصحيح – سواء كانت شريحة موسيقية، أو شريحة بصرية – أيهما تفضل. من الناحية المثالية، يجب أن يكون فيلماً، يظهر فيه هدفك وقد تحقق وتشعر فيه شعوراً رائعاً.

من ناحية أخرى، كن مستعداً لاحتمال ألا يحدث أي تغيير لفترة من الوقت. أو، على العكس من ذلك، قد تبدأ المشاكل في التدفق بغزارة. وماذا في ذلك؟ كل شيء هو تغيير مؤقت له علاقة بـ "الانتقال" إلى مستوى جديد في علاقتك بالواقع. لأنك تعلم أن المرآة تعمل بتأخير. يجب أن تثبت على موقفك، مهما حدث.

🌟 اصنع صورتك الخاصة

حافظ على الهدوء أثناء فترة التوقف عندما لا يحدث شيء. يجب أن يكون الأمر حرفياً كما في الحكاية الخرافية القديمة: "إذا التفتّ، فسوف تتحول إلى حجر!" الله أعلم ماذا قد يحدث في المرآة، لكنني أعرف هذا: لا يوجد خيار آخر، عاجلاً أم آجلاً سيعكس الصورة التي أصنعها في عقلي. إذا لم أستسلم لإغراء النظر إلى الوراء، بل ثبتّ مكاني بثبات، فإن واقعي سيتشكل في المرآة. سيكون كل شيء كما أريد.

يجب أن تشعر وكأنك تمتلك بالفعل ما تريده، أو أنك على وشك الحصول عليه. تذكر: المرآة تحقق الأشياء الموجودة في أفكارك. على سبيل المثال، إذا لم تكن سعيداً بمظهرك، تنظر في المرآة ولا تستمتع بما تراه. يتم توجيه كل انتباهك إلى السمات غير الجذابة التي لا تحبها في نفسك، وهذا أيضاً ما تؤكده لنفسك. تحتاج إلى أن تفهم أنك تنعكس في مرآة العالم وفقاً للموقف الذي تعبر عنه تجاه نفسك.

🌟 قاعدة النظر "بلمحة" في المرآة

ضع قاعدة جديدة لنفسك – لا تنظر، بل "ألقِ لمحة" على مرآة العالم. ابحث عن الأشياء الجيدة في نفسك، وتجاهل السيئة – دع كل شيء يمر عبر هذا الفلتر. ركز انتباهك على الأشياء التي تريد الحصول عليها. ماذا كنت تفعل من قبل؟ كنت تثبت الحقيقة: "أنا سمين وقبيح. أنا لا أحب نفسي بهذه الطريقة." والمرآة كانت تعزز هذه الحقيقة فقط: "هذا صحيح، هكذا هي الأمور." الآن لديك مهمة مختلفة أمامك – أن تبحث فقط عن تلك السمات التي تعجبك في نفسك، وفي الوقت نفسه تتخيل الصورة المرغوبة في عقلك. من هذه اللحظة، في كل ما تفعله، ابحث عن جميع التأكيدات الجديدة للتغييرات الإيجابية التي تحدث: ففي كل يوم يمر، تسير الأمور على نحو أفضل. إذا مارست هذه التقنية بانتظام، فلن يتاح لك وقت طويل لفتح فمك بالدهشة. بشكل أساسي، يجب عليك أولاً تغيير موقفك وفقط بعد ذلك النظر في المرآة، وليس العكس. بالطبع، سيستغرق الأمر بعض الوقت حتى تعتاد على ذلك. لكن الأمر يستحق المخاطرة. الآن أنت من يتحكم في واقعك، وليس العكس. مع ثبات تحقيق المادة في الذهن، سيتغير انعكاسك تدريجياً إلى الإيجابي. ستتراكم الكثير من الأشياء الجيدة في طبقة عالمك لدرجة أنك لن تحتاج بعد الآن إلى إقناع نفسك بالاستمتاع. ستبدأ دائرة المرآة في الدوران بسهولة وتلقائية. الشيء المهم هو جعلها تتحرك وتجعلها تسرع بنيتك، وسيصبح الأمر بعد ذلك سهلاً للغاية.

🌟 لا حاجة للإيمان، فقط افعل

"بالتأكيد لا! يبدو هذا صعب التصديق..." سيقول القارئ المنزعج. "لو كانت الأمور بهذه البساطة..." حسناً، إذا كنت لا تريد أن تصدق، فاستدر، ورحلة سعيدة على طول دائرة المرآة – مطاردة انعكاسك – ربما تمسك به. ولكن إذا كنت لا تصدق، ولكنك تود، فسأخبرك أن الإيمان ليس ضرورياً في هذه الحالة. لست بحاجة إلى الإيمان، فقط قم بتطبيق التقنية المقترحة وعندئذ سترى بنفسك ما سيحدث. بالنسبة للعقل العادي، ستظل هذه الأشياء دائماً غير مفهومة، لأن عمل النية الخارجية غير محسوس. لن يفهم العقل أبداً كيف يمكن أن يتحقق حلم غير قابل للتحقيق من وجهة نظره. لن يصدق أبداً أن مثل هذا الشيء ممكن حتى يواجه الحقيقة المُنجزة وجهاً لوجه. لذلك دع العقل وشأنه – دعه يلهو بشكوكه، بينما تفعل أنت ما يجب عليك فعله.

🌟 بساطة التقنية وفعاليتها

"حسناً، يبدو أن هذا لا يعمل..." سيقول قارئ متكاسل. في الواقع، تقنية المرآة بسيطة جداً لدرجة أن بعض الناس لا يصدقون فعاليتها. لقد اعتدنا على الحلول الصعبة للمشاكل المعقدة. لا يصدق الناس أن أفكارهم لها بالفعل تأثير على الواقع، ولا يأخذون مثل هذه الأشياء على محمل الجد، وبالتالي لا يبذلون أي محاولة. هذا هو السبب الأول لعدم وجود نتائج ملحوظة. السبب الثاني هو أن الناس عادة ما يكونون غير متسقين في أفعالهم.

من الشائع أن يتحمس الناس لفكرة ما بسرعة ثم يبردون بنفس السرعة. لكن لا توجد معجزات! عليك أن تقوم ببعض العمل، فقط في هذه الحالة ليس بيديك، بل برأسك. كيف يمكن لمرآة ذات تأخير زمني أن تشكل انعكاسك حقاً، إذا كنت تقضي لحظة واحدة فقط أمامها وتغادر فوراً بعد ذلك؟

الآن بعد أن أصبحت على دراية بالمبدأ الرئيسي للمرآة، فإن الشيء الوحيد المتبقي لك هو ممارسته. وهذا في الواقع سهل حقاً. لكي يتم تثبيت الشكل العقلي في الواقع المادي، عليك أن تستمر في استنساخه بشكل منهجي. بعبارة أخرى، يجب أن تستمر في وضع شريحة هدفك في أفكارك بانتظام. على النقيض من أحلام اليقظة عديمة الفائدة التي تحدث من حين لآخر، فهذا عمل محدد.

بهذه الطريقة، بعد أن سيطرت على مشاعرك، التي تربطك بالانعكاس، فإنك تكتسب الحرية من المرآة. فقط لا تقمع عواطفك، فهي مجرد نتيجة لموقفك. يجب عليك تغيير الموقف نفسه – الطريقة التي تتفاعل بها وتدرك بها الواقع. بعد الحصول على الحرية، تكون لديك القدرة على تشكيل الانعكاس الذي تريده. بعبارة أخرى، من خلال التحكم في سيل أفكارك، فإنك تتحكم في الواقع. السيناريو الأسوأ هو عندما يتحكم فيك الواقع.

🌟 نية الفاعل

يمكن تنفيذ التحكم في الواقع بدرجات متفاوتة من التثبيت. أبسط وأسهل طريقة هي الاندماج. وهذا يساعد على خلق خلفية عامة من الراحة وهي أكثر من كافية في معظم الحالات. لا يزال تحقيق الحلم يتطلب الكثير من الصبر والقصد، ولكن يمكن للجميع استخدام تقنية المرآة بالقدر الذي يناسب احتياجاتهم. يبدو الأمر وكأن الجميع يفهمونه بطريقة ما، ولكنه في الوقت نفسه يبدو غامضاً ومبهماً. وذلك لأن هذا النوع من المعرفة لا يستخدم كثيراً. ماذا يجب أن تفعل وكيف؟ ليس عليك تخصيص وقت للانخراط في التنوير الروحي، لفهم القوى الغامضة للطبيعة وتطوير قواك الخاصة. ولكن الآن لديك تقنية محددة بين يديك. أنت تعرف سبب عملها وما يجب عليك فعله. فقط افعل ذلك. توقف عن الركض في دائرة المرآة وسترى: سيبدأ العالم في التحرك نحوك.

🌟 **نية الفاعل (تكملة)**

وهكذا، للحصول على الواقع المرغوب في مرآة العالم، عليك القيام ببضعة أشياء أساسية: تشكيل الصورة المناسبة عمداً في أفكارك، وعدم الانتباه للتأخير في الانعكاس، وإلقاء لمحة فقط على المرآة من حين لآخر، للبحث عن أي مظاهر جديدة للواقع الناشئ.

ومع ذلك، حتى عندما تكون على دراية بالتأخير الزمني، فمن الصعب جداً التكيف مع هذه المرآة الغريبة. إن الاعتقاد بأن الواقع إما يخضع لك على الفور، كما لو كنت تحمل عصا سحرية في يدك، أو أنه غير خاضع لأي سيطرة، قد ترسخ بقوة في الوعي البشري. على ما يبدو، إذا لم تتحقق الرغبة على الفور، فهي ببساطة مستحيلة: ما لا يمكن أن يكون، لا يمكن أن يكون. والشيء الوحيد المتبقي لنا هو أن نحلم، وأن نتعامل مع السحر على أنه شيء من عالم آخر، لا يمكن بلوغه.

🌟 **لا يوجد سحر، فقط مبادئ المرآة المزدوجة**

لقد اعتدنا جميعاً على أن السحر منفصل عن الواقع. العالم الخيالي موجود في مكان ما هناك، في خيالنا، بينما تحدث حياتنا الحقيقية هنا، حيث لا يوجد هروب ولا يوجد شيء يمكنك فعله لتغييرها. السحرة والمُتكهنون يعيشون أيضاً في عالمهم الخاص، لكن الأشخاص العاديين مثلنا الذين يعانون من مشاكل عادية يعانون دائماً من هذا الواقع الرمادي.

ولكن في الحقيقة لا يوجد سحر، هناك فقط المعرفة بمبادئ المرآة المزدوجة. هذه المعرفة تكمن في السطح. إنها ساذجة وعادية لدرجة أنه وفقاً لجميع القواعد لا يمكن أن تكون "سحراً". ولكن مع ذلك، حتى مصباح علاء الدين بدا وكأنه علبة قديمة عادية، وكأس الكأس المقدس لم يكن مصنوعاً من الذهب. كل الأشياء العظيمة بسيطة بشكل لا يمكن تصوره – لا حاجة لتمييزها أو إخفائها. على العكس من ذلك، فإن جميع الأشياء الفارغة وعديمة الفائدة يتم إخفاؤها دائماً تحت غطاء الأهمية والغموض.

إن السحر الذي تخلص من جميع سمات الحكايات الخرافية، واندَمج في الحياة اليومية، لم يعد ينتمي إلى مجال التصوف والأشياء الغامضة. يفقد السحر غموضه الآسر، لأن مكانه هنا، في الحياة اليومية. ولكن جمال هذا التحول كله يكمن في أن الواقع اليومي، بدوره، لم يعد يبدو عادياً ويتحول إلى واقع غير مألوف يمكنك التحكم فيه بنفس الطريقة التي يمكنك بها التحكم في حلم اليقظة.

🌟 التشكيك يؤخر تحقيق الهدف

لنفترض أنك على دراية بـ "العبور" (ترانسيريفيغ) وتعرف كيفية العمل بشرائح الهدف. لكن الوقت يمر ولا يحدث شيء. تشعر وكأنك أرسلت رسالة، والرد لم يصل بعد. يبدأ العقل في الدوران بقلق؛ ويصبح نافد الصبر. "هل من الممكن أنني أفعل شيئاً خاطئاً؟" أو "هل يمكن أن يكون كل هذا مجرد هراء؟"

في الواقع، العالم ليس جامداً بعد – عملية تحقق الانعكاس في المرآة جارية. الأمر فقط أن هذه العملية غير محسوسة ولهذا يبدو وكأن لا شيء يحدث. في مثل هذه اللحظة، يتأرجح مقياس العقل بين معرفة أن المرآة تتفاعل بتأخير، والعادة القديمة المتمثلة في ملاحظة ارتباط شبه فوري بين الفعل المباشر والنتيجة اللاحقة. ماذا يفكر العقل إذا لم يتمكن من رؤية النتيجة؟ إنه يعتقد أن الفعل غير فعال أو خاطئ. وماذا تعكس المرآة في هذه الحالة؟ صحيح: تعكس الشيء نفسه. وبهذه الطريقة تتأخر العملية أو تنحرف.

🌟 حوار المرآة والعقل والتشكيك

يمكننا أن نتخيل بشكل تقريبي الحوار التالي بين العقل والعالم:

العقل: أريد لعبة!

العالم: بالطبع، يا عزيزي، أي واحدة تريد!

العقل: لكنك وعدت!

العالم: حسناً، نعم، لقد فعلت. لقد طلبت، وقلت إنك ستحصل على لعبة. اعتقدت أنك ستكون سعيداً لأنك ستحصل عليها.

العقل: لكنك لم تفهم الأمر على الإطلاق! أريد لعبة الآن، في هذه الدقيقة!

العالم: لا، لقد فهمت الأمر تماماً: أنت تريدها الآن.

العقل: إذن، أين اللعبة؟

العالم: بالفعل، أين هي؟

العقل: يبدو أن لدينا أحمق هنا.

العالم: لا شك في ذلك.

العقل: تباً لك. لقد نسيت تماماً أنك مجرد مرآة غبية. ما الذي كان علي أن أفعله لأتعامل معك بشكل صحيح؟ آه، هذا هو، أتذكر الآن: أنت، أعطني اللعبة.

العالم: حسناً، حسناً، يا عزيزي.

العقل: حسناً، ماذا سيحدث، هل سنحصل على اللعبة الآن؟

العالم: بالطبع، يا صغيري. تعال إلى هنا، سأحملك بين ذراعي.

وهكذا اتفقا على الحصول على الهدية المرغوبة. الآن الشيء الوحيد المتبقي هو التحلي بالصبر وتكريس الوقت للاستعدادات الاحتفالية. تغني الروح، بينما يفرك العقل يديه بارتياح. ولماذا لا يكون راضياً؟ ففي النهاية، لقد تم الاتفاق مع العالم على الحصول على لعبة! يجب على (الترانسيرفينغ) أن يفهم: إن الاختيار الذي تم يصبح قانوناً لا جدال فيه وسيتحقق حتماً. ولكي يحدث هذا، يحتاج المرء فقط إلى تثبيت انتباهه على الهدف النهائي. لكن الناس لا يشعرون بالرضا أبداً.

العقل: اسمع، هل أنت متأكد من أننا نسير في الطريق الصحيح؟ لا أرى أي متجر ألعاب هنا.

العالم: لا تقلق، يا عزيزي، لم يعد الأمر بعيداً.

العقل: ولكن متى سنصل بالضبط؟ لا... كما تعلم، أعتقد أننا ضللنا في بعض الشوارع الخلفية.

العالم: هل تعتقد ذلك؟

العقل: نعم، ما أعتقده – لقد ضللنا!

العالم: كما تقول يا عزيزي. أنت تعلم أنني أتفق معك دائماً.

العقل: مرآة غبية! كنت أعلم أنني لا أستطيع الوثوق بك! إلى أين قادتني؟

العالم: كنت أرغب فقط في اصطحابك إلى المتنزه، الذي يقع في الطريق إلى متجر الألعاب، حتى تتمكن من الركوب على الخيل الدوار...

🌟 **مخاطر النية الداخلية على الهدف**

يشعر الناس بعدم الأمان إذا تم اقتيادهم معصوبي الأعين. لا يستطيع عقلهم تقبل حقيقة أنه لا يحدث شيء أو أن الأحداث تتكشف بطريقة لم يتم التخطيط لها. يعمل العقل كآلة إلكترونية: إذا انتهك خوارزمية التشغيل، يضيء ضوء أحمر. الفرق بين الاثنين هو فقط أن العقل يخلق برنامج السيناريو بنفسه، مفترضاً بسذاجة أنه قادر على حساب جميع الحركات مسبقاً. إن بدائية ما يسمى "المنطق السليم" تكمن في أن العقل لا يقوم فقط بتثبيت برنامج عمل النمطية، بل يصر عليه. في اللحظة التي يتم فيها الاختيار، يتم تحديد صورة الهدف النهائي، وتتلقى مرآة العالم أمراً وتبدأ في تنفيذه وفقاً لخطة محددة. كيف يجب أن يتحقق انعكاس الصورة، هو شيء تعرفه المرآة فقط – تظل هذه الخطوة غير مفهومة للعقل. ولكن بعد ذلك، عندما يرى العقل أن الأحداث تتكشف وفقاً لسيناريو غريب، يبدأ في إطلاق جرس الإنذار، ويمسك الشخص بالعالم من عنقه. لأنه يجب عليه أن يفعل شيئاً حيال ذلك! إنه يعتقد أن لا شيء سينجح، ولهذا السبب يشوه شريحة الهدف. علاوة على ذلك، يبدأ في اتخاذ إجراءات لدعم سيناريوه الخاص، وبالتالي يتدخل مرة أخرى في تحقيق خطة لا يعرف عنها شيئاً، وهي خطة كانت ستقوده بالفعل إلى النجاح. بشكل أساسي، إنه لا يسمح للأمور بالتطور بشكل طبيعي ويتدخل بنشاط في العملية.

وبهذه الطريقة، فإن الشخص الذي يتمسك بسيناريوه – الذي يعتقد أنه يوفر له الخطوة نحو هدفه – يمنع في الواقع، من خلال أفعاله بالذات، هذا الهدف من التحقق. وهذا ليس كل شيء. فبرغبته الجامحة في الحصول على "اللعبة" في أسرع وقت ممكن، فإنه يبني إمكانات مفرطة لدرجة أن المرآة تتشوه حرفياً. وماذا يمكنك أن تتوقع من مرآة مشوهة؟

🌟 **المبدأ السادس والسابع: التحرر من الشك والخوف**

الرغبة، في حد ذاتها، ضرورية أيضاً، لأنه بدونها لا يوجد جهد. إذا أضفت أيضاً الإصرار على الفعل، يمكنك الحصول على نية لتحقيق غايتك. ولكن إذا أضاف المرء الشك في واقعية تحقيقه والخوف من الفشل، فستحصل على التوق (الاشتياق المفرط). وهذا هو بالضبط الأهمية، التي يجب عليك بوعي أن تحافظ عليها منخفضة. الرغبة في حد ذاتها لا تخلق إمكانات أهمية ملحوظة – تنشأ عندما تمسك بالعالم من عنقه بشكوكك ومخاوفك. يبرر الناس الأمر عادة على النحو التالي: أنا أريد شيئاً ما، لكني أخشى ألا ينجح شيء، أو أشك في أنه سينجح. بجعلهم أنفسهم يتحملون مسؤولية النجاح أو الفشل، فإنهم يضعون شروطاً صعبة لأنفسهم وللعالم.

يتوقع الناس شيئاً من العالم، لكنهم يطالبون به من أنفسهم. ونتيجة لذلك تحصل على تشويه ثلاثي للمرآة: أنا أريد، أنا أخاف، أنا لن أترك الأمر. مرآة مشوهة ثلاثية الأقسام.

إذا كنت تعتقد أن النية هي عقلية ثابتة تطالب العالم بما يفترض أن العالم مدين به لك، فلن تحصل على شيء. إذا طلبت من العالم الأشياء التي تريدها، فستبقى يدك فارغة مرة أخرى. افهم، كل ما عليك فعله هو وضع طلب والسماح للعالم بإكماله. أنت ببساطة لا تسمح للعالم بالقيام بذلك، لأنك تطالب، وتتوسل، وتخاف، وتشك. العالم في هذه الحالة يطالب أيضاً، ويتوسل، ويخاف، ويشك؛ أي أنه انعكاس مثالي لموقفك. لأن العالم ليس سوى انعكاس.

أنت بحاجة إلى أن تشعر به. دع العالم يذهب – اسمح له بأن يكون مريحاً لك في هذه اللحظة بالذات. يمر هذا الشعور الهارب وغير المستقر بسرعة، ولكن عليك أن تلتقطه. تخيل للحظة شيئاً لا يصدق: أن الشيء العدائي، المليء بالمشاكل، الصعب، وغير المريح يصبح فجأة مبهجاً ومريحاً لك. أنت تسمح للعالم بفعل ذلك. أنت تقرر.

الفكرة ليست أن تصبح سعيداً بحكم التعريف، بل أن تسمح للسعادة بالدخول إلى حياتك. نحن سعداء بالقدر الذي نسمح فيه لأنفسنا باحتمالية الحظ المذهل. لا يجب أن تجبر نفسك على أن تكون سعيداً؛ بل، اسمح لنفسك بهذا الترف. فقط ثق بالعالم – فهو يعرف أفضل طريقة للوصول إلى الهدف، وسيهتم بكل شيء بنفسه. ففي النهاية، أنت لا تقلق بشأن كيفية قدرة مرآة عادية على استنساخ الصورة بدقة مدهشة، أليس كذلك؟ عندما تقف أمامها، أنت تفكر فقط فيما تود رؤيته في الانعكاس. ومرآة العالم تعمل بنفس القدر من الثقة، ولكن مع تأخير.

وفي حال لم تتمكن من غرس قناعة بأنك تستطيع حقاً أن تثق بهذا العالم، فهناك مبدآن آخران. ربما يكون من الأسهل على بعض الناس اتباع التعليمات. ولكن قبل أن تتعرف على المبدأين السادس والسابع، دعنا نتذكر الخامس.

المرآة ذات الوجهين وقوة النية

لنفترض أنك قد حددت هدفك وبدأت العمل عليه بانتظام من خلال "شريحة الهدف" . أنت تدرك أن النتائج لن تكون فورية. ومع ذلك، يبدأ عقلك في القلق والاضطراب: الوقت يمضي، ولا يحدث شيء، أو تحدث أمور معاكسة تماماً لما كنت تتوقعه. في لحظات كهذه، عندما تكون الشكوك على وشك السيطرة على كل تفكيرك، عليك أن تُفعّل وعيك. لقد نسيت القاعدة: "التفتَ، فصِرْتَ حجراً".

يجب أن يتركز انتباهك على الهدف النهائي، كما لو أنك قد حققته بالفعل. سيستمر العالم في التحرك نحوك طالما بقيتَ مُركّزاً على تلك الصورة. ولكن في اللحظة التي تلتفت فيها إلى الانعكاس في المرآة، حيث يحدث (أو لا يحدث أي شيء على الإطلاق) ما لا يعلمه إلا الله، فإن العالم يتوقف، وتستأنف أنت سباقك المُرهِق وغير المثمر في دائرة المرآة.

عليك أن تُذكّر عقلك باستمرار بأن المرآة تعمل بتأخير وتحتاج إلى فترة زمنية لتشكيل الانعكاس، أي لتجسيد الصورة في الواقع. خلال هذه الفترة، يجب أن تبقى على موقفك مهما حدث؛ آمن بالنجاح في ظروف يبدو فيها كل شيء آخذًا في الانهيار والخراب. إن مقياس ما ستناله سيكون بقدر جرأتك على عدم الاستسلام للإحباط. هذه هي الخيمياء الحقيقية بالنسبة لك، مجردة من صفاتها السحرية، لكنها تحتوي على القوة الفعلية مع ذلك.

لا ينبغي لك أن تلتفت إلى المرآة التي تعكس موقفك تجاه ما يجري، إلا لتؤكد التقدم الإيجابي وتسمح لنفسك بتجربة شعور المفاجأة السارة. بعبارة أخرى، يجب أن تكون عيناك مفتوحتين تماماً لكل ما يشير إلى أن العالم يتحرك نحو الهدف، ومغلقتين بإحكام أمام المظاهر السلبية المُصاحبة (والتي لا مفر منها). إذا كان لديك ما يكفي من العزيمة "لعدم النظر إلى الخلف"، فإن النتائج، كقاعدة عامة، ستفوق كل التوقعات. لن تُمنح مجرد لعبة، بل سيتم اصطحابك أيضاً في جولة على الأفعوانية، وستحصل على مثلجات مجانية.

التفاعل مع المرآة - مبدأ التخلي

بالمعنى العام جداً، يمكن صياغة قاعدة التفاعل مع المرآة على النحو التالي: عندما تنظر إلى المرآة، يجب ألا تحاول تحريك الانعكاس، بل الصورة الأصلية نفسها – أي موقفك ووجهة أفكارك. بعبارة أخرى، يجب أن "تتحرك أنت بنفسك"، وألا تحاول الإمساك بالانعكاس كما يفعل الهر الصغير عندما يلعب مع "توأمه"، غافلاً عن أنه يلعب مع نفسه. كتب الموسيقي والفيلسوف الروسي الشهير بوريس غريبينشكوف أغنية تضمنت هذه الأبيات: "إنها تعرف كيف تتحرك... بكل حريتها" عندما تدور حول محورك، فإنك تراقب العالم وهو يدور خلفك ببطء وتأخير. أنت لا تتسرع للإمساك به وتدويره. هذا هو الفرق بين النية الداخلية والنية الخارجية. تجبرك النية الداخلية على محاولة التلاعب بالانعكاس. أما بالنية الخارجية، فإنك تترك المرآة وشأنها وتركز انتباهك على صورة أفكارك، فتحصل بذلك على قوة حقيقية تحت تصرفك قادرة على تحريك العالم.

إن السر وراء هذه القوة يكمن في تخفيف قبضتك. يرحب العقل البشري استقبالاً عدائياً بأدنى ما يظنه ظروفاً غير متوقعة، وحتى بأبسط انحراف عن مخططه المرسوم. يتبع ذلك مباشرة رد فعل طبيعي بقدر ما هو بدائي – محاولة تصحيح الأمور؛ أي الاعتراض، والرفض، والتمسك بالموقف، والجدال، والتغيير، واتخاذ موقف قتالي، وما إلى ذلك. في الأساس، يمسك العقل بالانعكاس ويحاول جعله يسير على طريقته.

بالطبع، إذا كان انتباهك مُثبتاً على المرآة، ينتابك وهم بأنك تحتاج فقط إلى مد يدك، والواقع – لأنه هنا أمام أنفك – سيخضع على الفور. لكن الحظ لا يحالفك. فالهر الصغير غير حصيف ويقع في الخداع عندما يلعب بمرآة عادية. ومع ذلك، فإن الإنسان، الذي هو أرقى بخطوة من الهر في مستوى وعيه، يقع في نفس الفخ! الفرق الوحيد هو أن وهم المرآة المزدوجة أكثر دهاءً، لا أكثر.

لذلك، يجب عليك إبعاد يديك عن المرآة وترك العالم يتحرك. في معظم الحالات، لا توجد أي حاجة لاتخاذ موقف قتالي – يكفي تماماً متابعة تطور الأحداث بمرونة ونعومة. كما ربما تكون قد تعلمت من كتب "ترانسيرفينج الواقع" السابقة، فإن تيار الخيارات، إذا لم تتدخل فيه، يوجه تطور الأحداث على طول المسار الأمثل. يميل العقل البدائي إلى الخوض في الماء والتجديف ضد التيار، متمسكاً بأفكاره. والآن، لكي تتحرر من الوهم، يجب عليك توجيه النية قريبة النظر للعقل في الاتجاه المعاكس – دعها تُصحح سيناريوها ديناميكياً، بما في ذلك كل الأمور غير المتوقعة. ستكون هذه مهمة غير مألوفة لعقلك، لكنها الطريق الوحيد الذي سيسمح لك بالخروج من دور الهر الصغير.

وهكذا، ينص المبدأ السادس للمرآة على: ارخِ قبضتك ودع العالم يتحرك مع تيار الخيارات. تتغير النية الداخلية اتجاهها نحو النَقيض، مما يؤدي إلى المفارقة التالية: بتخليك عن السيطرة، فإنك تملك السيطرة الحقيقية على الموقف.

- **فن السماح والتفاؤل الواعي**

انظر إلى كل ما يحيط بك بعيني المراقب. أنت جزء من المسرحية وفي الوقت نفسه تتصرف بانفصال، ملاحظاً أي حركة في البيئة المحيطة. إذا عُرض عليك شيء، فلا تتسرع في الرفض. إذا أُعطيت أي نصيحة، حاول التفكير فيها للحظة. إذا سمعت رأي الآخر، فلا تتسرع في الدخول في جدال. هل تعتقد أن أحدهم يرتكب خطأ؟ دعه يفعل. الظروف قد تغيرت – لا داعي لإطلاق صافرات الإنذار – لذا حاول قبول التغييرات. في كل ما تفعله، اسلك المسار الأسهل. إذا واجهت خياراً، أعطِ الأفضلية للخيار الذي يأتي بأكثر سهولة.

هذا لا يعني أنه يجب عليك الموافقة التامة على كل شيء. شيء هو أن تغمض عينيك وتستسلم لقوة التيار الذي يأخذك، وشيء آخر مختلف تماماً هو أن تتحرك مع التيار بنية ووعي. ستعرف أنت بنفسك متى تحتاج إلى شد اللجام، ومتى يكون من الأفضل أن تتنازل بوعي. ارخِ العالم وشاهده يتحرك. انظر إليه كما يفعل المعلم الحكيم، الذي يترك الحرية في الاختيار لتلميذه المراهق، ولا يمنحه سوى دفعة عرضية في الاتجاه الصحيح. سترى كيف سيبدأ العالم بالدوران حولك.

لقد حان الوقت الآن للتعرف على آخر مبادئ المرآة – المبدأ الأهم والأقوى. إلى جانب قدرتها الكاملة على الانعكاس، للمرآة خاصية: يتحول اليمين إلى يسار في المرآة، بينما الفضاء الذي يبتعد بسرعة يتحرك في الواقع في الاتجاه المعاكس. اعتاد الناس منذ زمن طويل على هذه الخاصية للمرآة وتعلموا تحويل الوهم إلى حقيقة في عقولهم. لكن العقل لا يزال لا يستطيع التعامل مع وهم المرآة ذات الوجهين.

تكمن المشكلة في الميل البشري إلى رؤية السوء في الخير، وتحويل الإيجابي إلى سلبي، بينما يفسر ما هو جيد لنا على أنه مثال لسوء الحظ. في الحقيقة، العالم ليس مُعداً للتآمر ضد سكانه. المشكلة ليست هي القاعدة؛ ولهذا السبب يتم دائماً استهلاك المزيد من الطاقة للتغلب عليها. والطبيعة لا تستهلك الطاقة عبثاً. تيار الخيارات يتحرك دائماً على طريق أقل مقاومة. يمكن القول إنه يتبع مسار التوافق المواتي للظروف. يتم إنشاء الغالبية العظمى من المشاكل بواسطة الناس أنفسهم، عندما يخوضون في الماء ويجدفون ضد التيار، متمسكين بأفكارهم. ولكن الشيء الأساسي هو أن الميل إلى السلبية يولد صورة متوافقة، والتي تقوم المرآة بعد ذلك بتجسيدها في الواقع.

تذكر: الشيء الوحيد الذي يفعله العالم هو إنتاج انعكاس مثالي لموقفك تجاه الواقع. بغض النظر عن مدى قتامة الانعكاس، سيصبح أسوأ إذا تعاملت معه على أنه سلبي. تماماً كما سيتحول السلبي إلى إيجابي إذا أعلنته كذلك بإرادتك. أي ظرف أو حدث يحمل لك إمكانية غير مواتية وكذلك مفيدة. من خلال التعبير عن موقفك عند هذه المفترقات، فإنك تحدد المسار اللاحق للأحداث التي ستتطور في اتجاه محظوظ أو سيئ الحظ.

في أي حدث، حتى أكثرها سوءاً، ستنتهي دائماً بالاستفادة منه إذا اتبعت المبدأ السابع للمرآة: 🔹 اعتبر أي انعكاس إيجابياً. مهما كان، لا يمكنك أن تعرف على وجه اليقين ما إذا كان جيداً أم سيئاً لك. لذا، تأكد من اختيار الأفضل!

علاوة على ذلك، عندما تسير الأمور على ما يرام، يجب ألا تتعامل معها بلامبالاة، كشيء مسلم به، بل يجب أن تحتفل بها بفرح، مركزاً انتباهك على حقيقة أن كل شيء يسير بشكل رائع. مهما حدث، فإن كل شيء يسير وفق الخطة. هذا ليس سوى المبدأ الشهير لتنسيق النية – وقد تم بالفعل وصف كيفية عمله في الكتاب الأول من "الترانسيرفينج".

على سبيل المثال، لنفترض أنك واجهت مشكلة. أنت الوحيد الذي يمكنه أن يقرر عند المفترق ما إذا كان سيسميها معقدة أم بسيطة. الميل إلى السلبية والإرهاق، بسبب الحياة الصعبة، يجعل الشخص يتذمر تحت وطأة ضغط المشكلة، ويؤكد بعبوس: "يا للتحمل! هذه مهمة صعبة جداً." وسرعان ما يتفق العالم: "كما تشاء أيها العزيز".

العالم يوافق دائماً. وإذا كان الأمر كذلك، فافعل العكس. قل لنفسك: "كل شيء له حل بسيط للغاية". حتى لو كان القيام بذلك صعباً، صف هذه المشكلة بأنها بسيطة. اجعلها فرضية. لأن المشكلة، في الواقع، تصبح صعبة بسبب تفصيل صغير – الظروف المصاحبة. لذلك فإن هذا التفصيل الصغير يتحدد بموقفك. والعالم مرة أخرى سيوافق على كل شيء. بغض النظر عما يحدث.

"هل كل شيء يسير بشكل خاطئ؟"

"بالطبع لا"، ستقول. "كل شيء رائع ببساطة!"

وبوجه يبدو لوهلة أنه لشخص ساذج تماماً – أو هكذا قد يبدو لشخص "عاقل" – تفرك يديك بارتياح ("هذا جيد جداً!") أو تصفق، أو تقفز فرحاً. وبعد ذلك، سرعان ما تكتشف أن الظرف الذي بدا غير محظوظ هو في الواقع يصب في مصلحتك. هذه الخاصية للمرآة تعمل دائماً بشكل غير متوقع وغريب لدرجة أنه من المستحيل التعود عليها. في كل مرة يبدأ فيها الفشل بالتحول إلى نصر أمام عينيك، ستشعر ببهجة مميزة لا مثيل لها، لدرجة أنك تريد أن تصرخ: "هذا لا يمكن أن يكون! يجب أن يكون نوعاً من السحر!"

في الماضي، عندما كنت تعمل من منطلق "المنطق السليم"، كنت تفكر بشكل مختلف تماماً، وهذا هو ما جعلك تستقبل جميع صعوبات الحياة ومحرماتها على نطاق واسع. من الآن فصاعداً، في كل مرة تواجه فيها سوء حظ أو مشكلة، تذكر أن العالم سيوافق في كل حالة على موقفك تجاه ما يجري: "كما تقول أيها العزيز".

- **أنت صانع الواقع**

هل يمكنك أن تتخيل ما تملكه الآن؟ لم تعد بحاجة إلى الثقة والأمل في أن يتكرم طائر السعادة الأزرق بزيارتك. أو أن تدور عجلة الحظ في الاتجاه الصحيح. أنت مالك حظك. بإرادتك، فإنك تُعلن أي حدث أو ظرف على أنه مواتٍ ويعمل لصالحك.

هذه ليست مجرد أمنية لحسن نية عالم يهتم بك لأنه يحبك. لأن العالم مرآة نزيهة، وإذا كان يهتم، فذلك لأنه "ينظر إليك فيه". إنها ليست ثقة، يمكن أن تهزها الظروف في أي لحظة. إنها ليست ثقة بالنفس، التي تقوم على إيمان أعمى بالنجاح. وليست أيضاً سمة شخصية متفائلة. إنها نية الصانع. أنت تُشكل طبقة عالمك بنفسك – أنت تصنع واقعك.

أنت صانع الواقع، إذا كنت تعرف كيف "تتحرك"، وكذلك تمنح حرية الحركة للعالم. "التحرك" يعني اتباع المبادئ الثلاثة الأخيرة للمرآة. الصانع ليس بالضرورة عاملاً نشطاً بقدر ما هو مراقب.

لا تُخضِع، بل اسمح – هكذا تختلف إرادتك.

أنت تعرف بالفعل كيفية استخدام هذه المرآة المزدوجة الرائعة. لم يعد لديك ما تخشاه، في عالم يعتبره الجميع عدائياً ومُشَكِّلاً للمشاكل وصعباً. العالم ملكك**!** خذ العالم بيدك وقل لنفسك: "عالمي وأنا سنحصل على لعبة**!**"

- **رابطة صانعي المرايا**

قد يبدو أن كل شيء واضح فيما يتعلق بالحظ في "الترانسيرفينج" – يمكن أن يكون حراً بفضل وجود فضاء الخيارات، ويمكنك التحكم فيه باتباع مبادئ المرآة المزدوجة. ومع ذلك، يجب أن نولي المزيد من الاهتمام لهذا الموضوع.

هنا تنقسم الآراء. يعتقد البعض أن الحظ هو في أيدي صاحبه. ويعتقد البعض الآخر أنه مُقدَّر سلفاً. بينما تذهب مجموعة أخرى من الناس إلى أبعد من ذلك، وترى الحظ قَدَراً أو حُكماً أُرسل إلى البشر من فوق ويحدد بأفعالهم في حياتهم الماضية. أي وجهة نظر هي الأقرب إلى الحقيقة؟

كلها صحيحة. كل هذه المواقف صحيحة وصادقة بالتساوي. وهل يمكن أن يكون الأمر مختلفاً في عالم هو عبارة عن مرآة؟ كل من يقف أمامها يحصل على تأكيد لصورة أفكاره. لا معنى لسؤال المرآة عما إذا كان مقدراً لك أن ترى وجهك سعيداً أم حزيناً في الانعكاس. فمن ناحية، تُعكس فيها الأشياء الموجودة؛ ومن ناحية أخرى، الطريقة التي أرغب في رؤية نفسي بها هي الطريقة التي سأكون بها. لذلك فإن مسألة الحظ هي مسألة اختيار: اختيار حظ مقدر أو تفضيل حظ حر. كل شيء يعتمد على قناعتك – فما تختاره هو ما تحصل عليه.

إذا كان الشخص مقتنعاً بأن الحظ مقدر وأنه لا يوجد مفر، فسيتحقق بالفعل سيناريو مُحدد سلفاً. في فضاء الخيارات، يوجد بلا شك تيار منفصل ستتحرك على طوله قارب الحياة الصغير إذا تُرك ينجرف. إن "المحكوم عليه"، وهو يتمادى في طفولته، يرفع رأسه باحترام إلى السماء – حيث تستمر "ضربات سوء الحظ" في الهطول عليه كأشجار الصنوبر: "يا له من تدخل من القدر! يا ذراع العدالة!". لكن الحقيقة هي أنه بعيد عن أن يكون "مكتوباً في بطاقاته"، بل هو مختوم على جبهته: أيها الأحمق، أنت ببساطة تحت سيطرة حُلم لا واعي وغبي جداً حكمت به على نفسك.

ولكن عندما يأخذ الشخص المقود بين يديه، تتوقف حياته عن الاعتماد على الظروف. يمكن للقارب الصغير أن يُحمل في أي اتجاه ممكن من "الحظ" الذي يُفترض أنه مُقدر سلفاً. كل شيء بسيط جداً: الحياة مثل النهر. إذا كنت تجدف بنفسك، فلديك الفرصة لاختيار الاتجاه، ولكن إذا استسلمت للتيار ببساطة، فعليك أن تنجرف ضمن مسار التدفق الذي وجدت نفسك فيه. هل تريد كارما؟ ستحصل على كارما. عندما تعتقد أن مصيرك في الحياة يعتمد على ظروف أو أخطاء ارتكبت في حيوات سابقة، فإنك بذلك تُحقق خياراً متوافقاً. فلتكن إرادتك، في نهاية المطاف – أنت ابن الإله. ولكن إذا كنت ترغب في أن تكون الصانع، فهذا أيضاً في حوزتك. المرآة المزدوجة لأي شيء. المسألة هي فقط هل تعرف كيف تتعامل مع المرآة.

- غموض فضاء الخيارات ودور صانعي المرايا

ضمن إطار نموذج "الترانسيرفينج"، كل هذا له معنى كامل. إن الغموض الوحيد الذي لا يزال غير مفهوم هو فضاء الخيارات. من الذي "وضع" كل الأشياء الموجودة فيه؟ من أين أتت؟ ولماذا؟ وماذا كان قبل أن يضعها أحد هناك؟

سأكون صادقاً: أنا لا أعرف. يمكنني فقط أن أطرح فرضية: لم "يخلق" أحد فضاء الخيارات – لقد كان موجوداً دائماً. لقد صُنع العقل البشري بطريقة تجعله يعتقد أن كل شيء في هذا العالم قد خلقه شخص أو شيء ما، وأن لكل شيء بداية ونهاية. ليس كل شيء، على ما يبدو. أخشى أنه حتى لو رفعنا وعي الإنسان بنفس القدر الذي يتجاوز به عادة وعي المحار، فإن ذلك لن يكون كافياً لفهم مثل هذه الأشياء. هناك مسائل في هذا العالم تتجاوز إمكانات العقل البشري – لأن العقل هو مجرد جهاز منطقي، حتى لو كانت لديه القدرة على التفكير التجريدي.

وهكذا، فإن مستوى تفكيري التجريدي يسمح لي فقط ببناء نموذج رياضي. إذا رُفع مستوى وعي شخص ما النسبي إلى اللانهاية، حيث سيكون مستوى وعيه نقطة، فستنخفض الأسئلة المطروحة إلى ما يلي: "لماذا يُسمح لي، أنا النقطة، باتخاذ أي من المواضع الممكنة على مستوى الإحداثيات؟ من الذي أنشأ نظام الإحداثيات؟ من يحتاجه؟ وماذا كان قبل ذلك...؟ غير مفهوم". وإذا قيل لتلك النقطة أن هناك، بصرف النظر عن المستوى، فضاء ثلاثي الأبعاد و نوني الأبعاد، فإن عقل النقطة سوف ينفجر.

من الأسهل أن نؤمن بأن الحظ قد تم تحديده سلفاً من قبل قوة عليا، وأنه يمكنك أيضاً "حسابه" والتنبؤ به، بدلاً من الإيمان بوجود فضاء خيارات لا يمكن تصوره يحتوي على كل شيء على الإطلاق. على أي حال، يشعر الناس بعدم الارتياح عند العيش في حالة عدم اليقين؛ إنهم يسعون للحصول على تلميح بسيط على الأقل حول ما سيحدث في المستقبل، ولهذا السبب يذهبون إلى المنجمين، والعرّافين، والمفسرين. وهذه مرة أخرى مسألة اختيار أساسية. ما هي نيتي: أن أكتشف ما ينتظرني، أم أن أخلق ما أريده أنا؟

إذا اخترت موقفاً سلبياً، فبالطبع، لا يتبقى سوى شيء واحد – الالتفات إلى أولئك الذين لديهم الجرأة ليُعلنوا أنهم يعرفون كتاب المصائر. ولكن هل هذا ممكن حتى؟ هل هناك أي شخص قادر على التنبؤ بـ "المستقبل" أو "حسابه"؟

لا شك في أن الأحداث لا يمكن أن تتطور بشكل عشوائي. قطاعات فضاء الخيارات مرتبطة بخيوط من علاقات السبب والنتيجة – مسارات حياتية تخضع لقوانين معينة. وكيف يمكن لأي شخص تقييم هذه القوانين؟ من الواضح، من خلال النظر إلى المظاهر والسمات الخارجية المختلفة، مثل وضع الأجرام السماوية، والأحلام، وتوليفات البطاقات، وحتى بقايا القهوة. لا توجد مصادفات. إن فكرة العشوائية هي مجرد طريقة لتجربة تأثير عندما لا تتوفر معلومات مفصلة عن الأسباب. ولكن مرة أخرى، بفضل وجود فضاء الخيارات – هذا الفضاء التخزيني الذي يحتوي على "لفائف الأفلام" للماضي والمستقبل – فإن التوقعات ليست مؤكدة دائماً. كمية الخيارات لا حصر لها، لذلك ليس هناك ما يضمن أنك "أخذت لفة الفيلم من الصندوق" التي مُقدر لها أن "تدخل جهاز العرض". لا يمكننا أن نتحدث إلا عن جزء من الاحتمال.

إحدى أكثر "المتنبئات" دقة كانت البلغارية فانجيليا ديميتروفا، المعروفة عالمياً باسم "فانغا". بعد أن فقدت بصرها وهي طفلة، حصلت على موهبة "القدرة على رؤية" فضاء الخيارات. ولكن حتى مع قدراتها الفريدة، كان "معدل النجاح"، سواء في الماضي أو المستقبل، يتراوح بين سبعين وثمانين في المئة.

تتشوه النبوءات أيضاً بسبب إدراك العراف المعين، وقبولها اللاحق. تستمر "قرون نوستراداموس" في الحصول على تفسيرات مختلفة بشكل كبير. في التنبؤات، غالباً ما يحاول الناس رؤية أشياء ليست موجودة، والعكس صحيح، لكنهم لا يلاحظون الواضح. عندما تنبأت فانغا بأن "كورسك ستذهب تحت الماء"، لم يفهم أحد شيئاً. ولكن عندما غرقت غواصة تحمل الاسم نفسه، فمن المحتمل أن أولئك الذين عرفوا هذا التنبؤ شعروا بالرعب. ومع ذلك، إذا كان يمكننا جميعاً أن نقول إنه من المحتمل أن يرى المستبصر القطاع "الصحيح" في فضاء الخيارات، فلماذا يكون عدد الإصابات مرتفعاً جداً؟ لأن التنبؤ الذي يُطبع في ذاكرة الشخص سيصبح نيته، شاء أم أبى.

- **التعامل مع صانعي المرايا**

موقف الناس من جميع أنواع التفسيرات والأبراج خاص – إنه توازن بين الإيمان وعدم الثقة. فمن ناحية، لا يميل الفرد إلى الثقة الكاملة في مثل هذه الأمور؛ ولكن من ناحية أخرى، في مكان ما في أعماق اللاوعي لديه، توجد الفكرة: "ماذا لو؟" أما بالنسبة للتفسير، فأهميته ضئيلة: ربما سيتحقق، وربما لا. إنه نوع من اللعبة التي تُلعب في محاكاة وبجدية في الوقت نفسه. ونتيجة لذلك، تحصل على وحدة كامنة للروح والعقل. في ظل هذه الظروف، تُنشأ صورة عابرة ولكنها حادة، والتي تُظهرها مرآة العالم بسعادة في الواقع. الشخص، دون أن يدري، يُحقق ما تنبأ له – ولهذا السبب فإن احتمال أن يتحقق التنبؤ أعلى من المتوسط.

يُستنتج من سيرة فانغا الذاتية أنه حتى عندما كانت تلعب وهي طفلة، كان الأمر وكأنها تُبرمج مصيرها المستقبلي. كانت هوايتها المفضلة عندما كانت طفلة هي "علاج" أطفال الجيران – "مرضاها". علاوة على ذلك، كانت تعرف كيف تحكي قصصاً مفصلة مختلفة كان الجميع يستمعون إليها كما لو كانوا تحت تنويم مغناطيسي. والأكثر من ذلك، أحبت فانغا أن تلعب لعبة غريبة بشكل خاص: كانت تخبئ شيئاً في مكان مظلم، ثم تبدأ في البحث عن هذا الشيء وهي معصوبة العينين، تشق طريقها إليه بالإحساس. كما ترون، كانت الأطر الصورية التي خلقتها معصومة من الخطأ لدرجة أن مرآة العالم أعادت إنتاجها في الواقع، وصولاً إلى أدق التفاصيل. أصبحت فانغا معالِجة وعرّافة، وفقدت بصرها نتيجة لحادث. في سن الثانية عشرة، حملها إعصار. وُجدت الفتاة لاحقاً في حقل، مغطاة بالرمال.

تجدر الإشارة إلى أن فانغا كانت مقتنعة بأنه لا يمكن للمرء أن يهرب من الحظ؛ وأن جهود المرء لا يمكن أن تغير شيئاً مُقدَّراً سلفاً. وهي ترى أن الحظ مُقدّر في نهاية المطاف. لكن في إطار "الترانسيرفينج"، كل شيء يعتمد على الموقف الذي يتخذه الشخص: النشط أو السلبي.

- **التحرر من صانعي المرايا**

الصانع لا يشتري المرايا، بل ينشئها.

لا يوجد تناقض بالفعل. الشخص غير قادر على إحداث تأثير كبير في حياة شخص آخر. يمتلك الشخص القدرة على تشكيل طبقة عالمه الخاصة فقط. حتى عندما يبدو من الخارج أن فاعلاً سياسياً مؤثراً هو المسؤول عن حظ جميع الأمم، فإنه في الحقيقة يقوم فقط بإرادة الهيكل الذي أنشأه.

يمكن لأي شخص التحكم في مصيره، ولكن فقط بشرط أن يأخذ المقود بين يديه. كل شيء يعتمد على الموقف الذي يتخذه الشخص: النشط أو السلبي. يمكنك أن تعيش الحياة كما هي، وتقرأ الأبراج وتقبل المصير على أنه شيء مُخصص من الأعلى. ولكن من ناحية أخرى، إذا وضعت نفسك في هذا الأمر بكل إصرار عقل مشوش، فقد ينتهي بك الأمر إلى خلق مثل هذا المصير لنفسك – لا سمح الله. لذلك فإن اتخاذ موقف نشط هو نية التحكم في سياق أفكارنا وفقاً لمبادئ المرآة، وليس معرفة كيفية الخوض في الماء.

يمنحك مثل هذا الموقف قوة حقيقية على مصيرك. ولم يعد هناك أي معنى للخدمات التي يقدمها العرّافون. لا أقصد أن هذه التنبؤات خاطئة. لا، غالباً ما يتم تأكيد التوقعات الفردية، لكنها مطلوبة فقط من قبل الأشخاص الذين اختاروا أن يعيشوا الحياة كحلم لا واعي – وبالمناسبة، ستكون هذه دائماً الأغلبية الساحقة من الناس. ولكن إذا حاولت تحويل حياتك إلى حلم يقظ يمكنك التحكم فيه، فإن خدمات صانعي المرايا لا فائدة لك حقاً.

من هم المنجمون، والمفسرون، والعرّافون، إن لم يكونوا صانعي مرايا؟ فبعد كل شيء، لا يقدمون مجرد تنبؤ غير ضار، بل جزء بديل من حظك – قطعة صغيرة من المرآة ستُجبر على النظر إليها. وكيف يمكن أن يكون الأمر مختلفاً؟ سواء كنت تأخذ التنبؤ على محمل الجد أم لا، لا يهم؛ يجب أن تأخذه، وسيستقر في عقلك الباطن، ليُبرمج حظك المستقبلي. حتى لو أزلنا المال من المعادلة، هل تعتقد حقاً أنه يمكنك الحصول على قطعة من المستقبل هكذا ببساطة؟ لا يمكنك إلقاء نظرة خاطفة على كتاب الحظ دون أي عواقب. الدفع مقابل هذا المنتج هو نفسه دائماً: عليك أن تحمله معك وتجعله جزءاً من حياتك، شئت أم أبيت.

يمكن أن يكون مثل هذا الدفع قاتلاً. والخطأ، أو المسؤولية، لا تقع على عاتق أولئك الذين يبيعون الحظ كمنتج، بل على عاتق أولئك الذين يشترونه. برغبتك في معرفة التنبؤ، فإنك تحصل على مرآة وتسأل صانع مرايا عما إذا كان سيسمح لك بالابتسام في مرآته. لكن لديك بالفعل مرآة: طبقة عالمك التي يمكنك أن تفعل بها ما تريد. بمرآتي، أنا حر: إذا أردت، يمكنني أن أتصرف بإرادة الصانع وأُحول أي فشل إلى نجاح – وهكذا سيكون الأمر. لذلك لا يمكنني أن أهتم بالتنبؤات.

ولكن إذا لم تكن لديك أي رغبة في أن تكون صانع واقعك، فيمكنك الاستفادة بشكل مُرضٍ من خدمات صانعي المرايا، وهذا أيضاً اختيار وطريقة وجود. بل إنها طريقة مؤكدة للتحرك مع مسار الحظ. يمكن أن تعمل التنبؤات، في هذه الحالة، كإشارات يمكن أن تُحذرك من المشاكل المحتملة، ويمكنها أيضاً أن تغرس فيك الأمل في النجاح. بهذا المعنى، يقوم صانعو المرايا بعمل جيد. ولكن ليس كلهم. الأكثر خطورة هم أولئك الذين يتنبأون بالأحداث العالمية. من خلال التنبؤ بالكوارث القادمة و"نهايات العالم"، فإنهم يُنظمون أفكار مجموعات كبيرة من الناس في اتجاه هدّام، أو بعبارة أخرى، يُبرمجون وعياً جماعياً. وهذا له تأثيره.

الأمر المثير للاهتمام هو أن العلماء ينتمون أيضاً إلى رابطة صانعي المرايا، حتى لو لم يكن لديهم تأثير مباشر على حياة الناس. على مدار تاريخ البشرية بأكمله، كان كل هؤلاء العلماء يحاولون شرح كيفية عمل العالم. منذ زمن بعيد، كانت الأرض مسطحة، وتستقر على ظهر ثلاث حيتان، أو فيلة، وسلحفاة أو ما شابه ذلك. في الماضي، كانت النجوم تدور حول الأرض. لقد مرت آلاف السنين منذ ذلك الحين، وأصبحت بعض الأمور أوضح، لكن عملية المحاولة بنماذج جديدة تستمر حتى اليوم. لقد حلت الفيزياء الكمومية محل الفيزياء الكلاسيكية. أُعلنت أجسام العالم المصغر في البداية كـ جسيمات. ولكن بعد ذلك اتضح أنها من المرجح أن تكون موجات لا تمانع في أن تكون جسيمات في بعض الأحيان. ثم ظهرت نظرية أخرى – هذه النظرية تعلن أن هذه الأجسام غير الملموسة ليست موجات وليست جسيمات، بل أوتار في زمكان عشري الأبعاد. العالم، الذي هو في غرفة الاختبار، يوافق على هذا النموذج أيضاً. ومع ذلك، حتى بعد ذلك، لا تزال هناك أشياء غير واضحة، ولا تبدو صحيحة تماماً. يضطر العلماء إلى إضافة بُعد آخر، حادي عشر، ونتيجة لذلك وُلدت نظرية (إم) الفائقة الجديدة حيث تتحول الأوتار إلى غشاء. مضحك، أليس كذلك؟ ماذا بعد؟

يبدو أن هذه العملية ستستمر إلى ما لا نهاية. بعد نموذج آخر، ستكون هناك نماذج جديدة أكثر فأكثر. إذا وقفت أمام مرآة، بينما تحمل مرآة أخرى في يديك، فسوف تفهم لماذا يحتوي العالم على كمية لا حصر لها من النماذج. في المرآة التي أمامك، ترى نفسك مع المرآة، حيث تنعكس أنت في المرآة، حيث... هل فهمت؟

من المرجح أنه لا توجد إجابة على سؤال كيف يعمل العالم حقاً. ضمن حدود فهم العقل البشري، إذا صعد المرء إلى أعلى قمة تجريدية للتعريفات، فسيرى أن العالم لا يشبه أي شيء. إنه مجرد مرآة لأفكارنا. ما نفكر فيه عن العالم – هو أيضاً ما نحصل عليه. الشيء الوحيد الذي يمكن للمرء أن يعلنه على وجه اليقين هو أن الواقع متعدد الأوجه، ويمكننا إثبات عدد قليل من قوانينه.

إن عملية استكشاف هيكل العالم تشبه المثال المذكور سابقاً. عندما تُستخدم إحدى مظاهر الواقع كأساس، تحصل على إصدار منفصل – قطعة صغيرة من المرآة. عندما تقف معها أمام المرآة الرئيسية للعالم، ترى جانباً جديداً من الواقع في الانعكاس. وعندما نأخذ إحدى مظاهر هذا الجانب، نحصل مرة أخرى على إصدار منفصل من الواقع. ومرة أخرى، من مرآة صغيرة أخرى، ستظهر مرآة جديدة، انعكست في صورة المرآة قبل ذلك.

إذاً كيف يبدو العالم حقاً؟ حاول أن تتخيله (إذا استطعت) باستخدام مثال لمرآتين مختلفتين تم تركيبهما بالقرب من بعضهما البعض. كلتا المرآتين تعكس المرآة الأخرى التي أمامها. في كلتا المرآتين، لا يوجد شيء منعكس على نفسه عدداً لا حصر له من المرات. سواد لا نهائي من الصور، حيث لا ينعكس شيء من لا شيء. هل تخضع الصورة التي تم الحصول عليها لأي وصف، ضمن حدود المفاهيم المتاحة لعقلنا؟ من الصعب ذلك.

في الختام، أود أن أضيف أنه في بعض الحالات، لا يمكن أن تهتم بندولات صانعي المرايا بحظك؛ إنهم يهتمون فقط بمتابعة مصالحهم – فهم بحاجة إلى اندفاع مستمر من "عملائهم". كل يوم، يرغب الناس في معرفة ما يخبئه لهم الغد، ولهذا السبب يستمرون في الذهاب إلى "المطلعين"، يساهمون بطاقتهم الخاصة ويحصلون على بديل في المقابل – قطعة من الحظ المصنَّع مسبقاً. إذا وقع انتباه شخص ما في فخ بندول، فلن يعود قادراً على الشعور بالثقة حتى يقرأ برجاً آخر أو حتى يكتشف ما يعنيه الحلم الذي حلم به الليلة الماضية حقاً. يمكنك تطوير نوع من الإدمان، إدمان على المخدرات. هناك حاجة دائماً إلى جرعة للحفاظ على ثقة وهمية في المستقبل. في غضون ذلك، تبدأ البندولات في التذبذب بقوة أكبر والازدهار.

"الترانسيرفينج" لا يحتاج إلى مثل هذا الدافع: اكتشف المبادئ واذهب حيثما يخيل إليك. المعرفة في حد ذاتها ليست بندولاً – يظهر البندول فقط إذا تشكل هيكل أيضاً. مرة أخرى، لا يشرح "الترانسيرفينج" كيفية عمل العالم أيضاً، ولكنه يقدم نموذجاً نفعياً، سيساعدك على فهم سبب إمكانية التحكم في الواقع وكيفية القيام بذلك. وبنفس الطريقة، يمكن أن تكون جيداً جداً في قيادة السيارة، دون أن يكون لديك أي فكرة عن كيفية عملها. مهمة "الترانسيرفينج" هي تسليم الناس "رخصة قيادتهم".

يحاول صانعو المرايا إقناع النقطة بأنه يجب أن تتحرك بدقة على طول خط محدد من الرسم البياني للدالة – لم يُقصد أي شيء آخر. وهذا صحيح بالفعل، ولكن فقط إذا قبلت النقطة هذه القواعد. الواقع موجود بمعزل عنك – طالما أنك تتفق معه. لن تكون قادراً على تغيير العالم كله، لكن طبقة منفصلة من عالمك متاحة لك. ولا يتعين عليك التغيير للقيام بذلك – ما عليك سوى استخدام حقك كـ الصانع.

لذا لديك مرآة مزدوجة – شيء مثل الجني الذي يلبي جميع رغباتك. لم تعد هذه حكاية خرافية، بل حقيقة كان يمكن إخفاؤها حتى الآن تحت غطاء المألوف. على عكس الجني الذي نعرفه جميعاً من الحكايات الخرافية، لا يمكنك إصدار الأوامر لجني المرآة. لا فائدة من محاولة مناشدته، أو البحث عن تعاطف منه. ولكن في اللحظة التي تُعلن فيها نيتك، توافق المرآة السحرية بسعادة: "حسناً، أيها العزيز". أنت الصانع الحقيقي لحظك، إذا كنت تنوي أن تكون كذلك. لا تُسلّم حظك إلى صانعي المرايا!

ملخص مبادئ المرآة

1. العالم كالمرآة، يعكس موقفك تجاهه.
2. يتشكل الانعكاس في وحدة الروح والعقل.
3. المرآة المزدوجة تتفاعل بتأخير.
4. يحدد الانعكاس محتوى موقف الشخص ويتجاهل اتجاهه.
5. لا تفكر فيما لا تريده؛ فكر فيما تسعى لتحقيقه.
6. ارخِ قبضتك ودع العالم يتحرك مع تيار الخيارات.
7. اعتبر أي انعكاس إيجابياً.
8. بتحكمك في سياق أفكارك، فإنك تتحكم في الواقع.
9. قم بصياغة العبارة المدمجة كلما أمكنك ذلك.
10. ليس الانعكاس ما تحتاج إلى تحريكه، بل الصورة الأصلية – موقفك ووجهة أفكارك.
11. يجب أن يتركز الانتباه على الهدف النهائي، كما لو أنه قد تم تحقيقه بالفعل.
12. لتجسيد شريحة، يجب عليك وضعها بانتظام لفترة طويلة بما فيه الكفاية.
13. لا ينبغي لك كبت عواطفك؛ تحتاج إلى تغيير موقفك العقلي بدلاً من ذلك.

الفصل الرابع

حارس الأبدية

عالمي وأنا نخرج لنحصل على لعبة.

طاقة النية

في الفصل السابق، تعرفت على مبادئ التحكم في الواقع. الآن لنتحدث عن التقنيات المحددة. الشرط الحيوي الأول، الذي بدونه يكون "الترانسيرفينج" مستحيلاً تماماً، هو الحصول على مستوى طاقة مرتفع بما فيه الكفاية.

هناك نوعان من الطاقة: الطاقة الفسيولوجية والطاقة الحرة. تختبر الأولى كـ حرارة وقوة جسدية – يتم إنتاجها نتيجة لعملية الأيض. من أجل الحفاظ على الطاقة الفسيولوجية عند المستويات المناسبة، يكفي الحصول على نظام غذائي جيد، والراحة، وممارسة النشاط البدني في الهواء الطلق.

تأتي الطاقة الحرة من الفضاء الخارجي؛ وتتدفق على طول قنوات الطاقة وتتجلى كـ نشاط أو حيوية. وهذه هي، في الواقع، طاقة النية، والتي بفضلها يشعر الشخص بالقدرة على الانخراط في أنشطة حيوية وحاسمة. إذا كنت مقيداً بمجدافك يوماً بعد يوم، ولديك طاقة كافية فقط لأداء الأنشطة الروتينية، والأهم من ذلك، أنك لا تريد أي شيء حقاً، فهذه علامة على مستوى طاقة منخفض للغاية.

يمكنك القول إن الطاقة الحرة والقوة الحيوية هما شيء واحد ونفس الشيء. الشباب – هذا هو الوقت الذي تتدفق فيه طاقة النية. تخيل سيدة مسنة – يمكنك أن ترى من مظهرها أنها مريضة. ها هي – ترتجف، تتأوه؛ كل لحظة هي جهد كبير بالنسبة لها. ولكن بعد ذلك فجأة تستجمع قواها، وتقفز بخفة، وتقفز، وبصيحة نصر قوية "نعم!" تحرك الهواء بحركة يد مفاجئة. مثل هذا الشيء يبدو غير وارد، ولكن هذا بالضبط ما تريد هذه السيدة المسنة القيام به، إذا رفعت طاقتها إلى المستوى الصحيح.

لماذا ينتج الناس أفضل إبداعاتهم في النصف الأول أو الثلث الأول من حياتهم؟ كل هذا يتعلق بطاقة النية. إذا حافظت عليها عند المستوى الصحيح، فيمكنك أن تتألق كخالق للروائع بغض النظر عن عمرك.

تضمر القوة الحيوية والإبداع عندما يتوقف الشخص عن السعي نحو الأشياء. هناك أناس ينظرون إلى العالم بعيون غير مبالية. يعرفون كل شيء، وقد جربوا كل شيء، ويبدو أنهم يحبون شعور الشبع. بالنسبة لهم، هذا العالم كله مثل حديقة، لقد تجولوا فيها ذهاباً وإياباً مرات عديدة جداً، حيث لا يوجد شيء يمكن أن يفاجئهم. وبصوت غير مبالٍ ومتبلد، يعظون الآخرين، ويثبتون أنهم يعرفون كل شيء بالفعل. مثل هؤلاء الناس يشيخون مبكراً. استمر في مراقبة العالم بعينين مفتوحتين على مصراعيهما، وستحصل على المزيد من الطاقة – هذه هي خاصية هذه الطاقة.

إذا توقف الشخص عن التعجب ولم يعد يسعى لتحقيق أهداف جديدة، فإن هذا لا يجعله يتوقف عن التطور فحسب – بل يبدأ في التدهور، يبدأ في الشيخوخة. الحياة هي عملية لا يمكن أن يكون فيها توقف. إما أنك تتحرك إلى الأمام أو إلى الخلف. لا توجد حالة مثل التوقف، حيث تبقى الأمور ساكنة، في الطبيعة. حتى المنحدرات تغير مظهرها باستمرار. من أجل تنشيط طاقة النية، يجب عليك "ربطها" بهدف.

تُشعل الطاقة عندما تبدأ في القيام بنشاط حيوي. ما تحصل عليه هو حلقة ردود فعل: النشاط الحيوي يولد النية؛ النية تُشعل قوتك الحيوية. إذا كنت جالساً في مكانك ولا تريد حقاً أن تفعل أي شيء، افعل شيئاً على الأقل، وعندئذ ستأتي إليك الطاقة. في بعض الأحيان تحتاج إلى دفعة أولية للتحرك. قد يبدو لك أنك حصلت على القليل من الطاقة وعليك أن تستخرجها من مكان ما؛ ومع ذلك، هذا ليس صحيحاً. لقد حصلت بالفعل على حمولة من الطاقة – فبعد كل شيء، إنها تأتي من الفضاء الخارجي، ويمكنك أن تأخذ قدراً من الطاقة تستطيع نقله. الحقيقة هي أنك أخذت بالفعل قدر ما استطعت. هذه الطاقة لم تختف – إنها فقط تُستخدم في الوقت الحالي. تذهب كل قوتها الجبارة لدعم نوعين من الأوزان. الأول هو الالتزامات والقيود التي حملت بها نفسك. تخيل الصورة التالية. لقد أخذت على عاتقك التزاماً بفعل شيء ما – عبء ثقيل يُعلق عليك على الفور. تضع على نفسك شروطاً – وزن آخر قد التصق. وعدت بشيء لنفسك أو لشخص ما – ها هو الوزن التالي. كم من الأوزان وضعت حول عنقك؟ طالما أنهم ليسوا كثيرين جداً، لا يزال بإمكانك أن تعيش حياتك. ولكن يأتي يوم يصبح فيه الحمل ثقيلاً جداً بحيث لا يمكن رفعه. عندئذ يحدث انهيار: عندما يُحاصر شخص، يمرض، يصاب بالاكتئاب، أو يحدث له شيء سيئ. يبدأ في النظر إلى العالم بعدم ثقة وخوف. ونتيجة لذلك، يصبح الواقع، كونه نتيجة لأفكاره، أكثر قتامة – تبدأ مرحلة سيئة يمكن أن تستمر لفترة طويلة.

الإمكانات الزائدة هي النوع الثاني. إن إسناد أهمية كبيرة لأشياء مختلفة يُثقل كاهلك بوزن هائل. إنه جبل بأكمله من العبء الذي لا يمكن التحكم فيه. مشاعر عدم الكفاية الشخصية: يجب أن أكون "رائعاً"، يجب أن أحمي وأعزز أهميتي. مشاعر الذنب، والمسؤولية: أنا مُلزم بسداد ديني، والوفاء بواجبي. المبالغة في تعقيد المشاكل: لدي الكثير من العمل أمامي. الشكوك والمخاوف تثقل كاهلك باستمرار أيضاً.

يقضي عدد كبير من الناس حياتهم بهذه الطريقة، يُعلّقون على أنفسهم أوزاناً من جميع أنواع الالتزامات: الأعمال غير المنجزة، والشروط الصارمة، والخطط المرسومة، وعدد لا يحصى من الأهداف. يُنشط الهدف طاقة النية، ولكن فقط بشرط أن يتم تحقيقه، بدلاً من أن يظل مُعلَّقاً كمشروع. لا يوجد شيء أسهل من التخطيط لمشروع، ووضع الشروط وتقديم الوعود. يجب أن تدرك أنك بتحديد حتى أصغر التزام، فإنك تُعلّق على نفسك وزناً سيأخذ جزءاً من طاقة نيتك. سيتعين عليك حمل هذا الوزن أثناء تقدمك.

الآن، بالإضافة إلى كل ما قيل أعلاه، أحد الأسباب الرئيسية لضعف الطاقة هو التراكم التافه للسموم في الجسم. الأمر كله بسيط جداً. تضيق قنوات الطاقة، كما هو الحال في أنبوب قديم مغطى بالقشور، ونتيجة لذلك، يتحول تدفق الطاقة إلى تيار ضعيف. ومن هنا جاء نقص الطاقة الحرة، الذي يسبب جميع المشاكل. وهذا يعني أيضاً حالة بدنية سيئة، وانخفاضاً في الإبداع، والمرض وجميع العواقب المرتبطة به.

ما يحدث هو أنه من كل الطاقة التي تتمكن من العصر عبر قنوات الطاقة، فإن نصيب الأسد يذهب لدعم إكليل كامل من الأوزان عديمة الفائدة. هذه الكمية التعيسة والمزرية التي تُركت لك تشكل احتياطي حيويتك بالكامل، الذي تحصل منه على النشاط، والفعالية، والفرح، والتفاؤل، والرغبة في الحصول على كل شيء الآن، والشعور بأنك قادر على تحريك الجبال. بناءً على حالتك الحالية، يمكن للعالم كله أن يستنتج تقديرات حول مقدار ما تبقى لك من الاحتياطي. من المؤكد أنه لن يتم العثور على العديد من "المواطنين الميسورين". بهذه الطريقة، يبدو أن كل الطاقة الحرة تُستخدم بواسطة مجموعة من النوايا الكامنة غير المحققة (الخطط) التي هي مجرد عبء. من أجل تحرير مصادرك، عليك إما التخلص من عدد قليل من النوايا الكامنة، أو الشروع في تحقيقها.

ابعد انتباهك عن ما يضطهدك. إذا تخلَّيت عن فكرة ما، يمكنك إسقاط العديد من الأوزان دون ندم. قد تعتقد أنك تحتاج حقاً إلى معظم هذه الأشياء التافهة الثقيلة، ولكن ما الفائدة إذا كنت تحملها دائماً ولكن لا يمكنك رؤيتها تتحقق؟ على سبيل المثال، يجب أن أكون أفضل من أي شخص آخر على الإطلاق؛ يجب أن أكون دائماً في القمة؛ سأثبت للعالم كله ولنفسي أنني أستحق؛ يجب أن أتبع المسار الذي اخترته؛ يجب أن أنجح، وإلا فلن أحترم نفسي بعد الآن؛ ليس لدي الحق في ارتكاب الأخطاء. وهكذا دواليك، مثل الإقلاع عن التدخين، وتعلم لغة جديدة، وبدء حياة جديدة بشكل أساسي عند حلول يوم الاثنين.

ألا توافق على أن الشيء الذي يتم تأجيله إلى أجل غير مسمى هو عبء لا فائدة منه؟ عليك إما تحقيقه أو التخلي عنه، لأنه يسلب الطاقة، وإنفاق الطاقة دون فائدة هو ببساطة غباء. على سبيل المثال، عندما يكون الشخص في عملية الإقلاع عن عادة سيئة، يتم صرف ضعف كمية الطاقة لهذا الغرض: من ناحية، لا يزال عليك دفع الفائدة للبندول، ومن ناحية أخرى، سيكون عليك أيضاً حمل العبء الثقيل للالتزام بالتخلي عن العادة الذي تضعه على نفسك.

يمكن لهذه الحالة المُنهِكة أن تستمر لسنوات. على أي حال، يجب أن تتجنب إرغام نفسك على قناعة ما؛ أي، إذا كنت تتخلى عن شيء ما، فافعل ذلك وفقًا لقناعتك، وليس لمجرد الاضطرار إليه. عندما يحشر الناس أنفسهم في زاوية باستخدام أساليب الإرادة، فإنهم يبنون توترًا أكبر، يتبعه حتمًا انهيار. لذلك سيكون من الحكمة أن تختار أحد الأمرين: إما أن تحقق نيتك بعزيمة، أو أن تزيل عبء الالتزام وتحول العادة إلى مسار يمكن التحكم فيه.

بدلاً من التسول لاقتراض السجائر وتجميع أعقابها، سيكون من الأفضل لك أن تقتني غليونًا خاصًا وتبدأ في شراء تبغ جيد النوعية. وبدلاً من الركض من حانة إلى أخرى والشرب من علبة خلف الزاوية، سيكون من الأفضل أن تحمل مطرة أنيقة في جيبك. هذا يعني إقامة علاقات شراكة مع دائنك. ونتيجة لذلك، ستصبح تلك الرذيلة الضارة أكثر تقييدًا وقابلية للإدارة. فالبنك سيقدم لعميل محترم شروطًا تفضيلية. ناهيك عن أن العادة التي تمارسها باسترخاء أقل ضررًا بكثير من العادة التي تكرهها ولا تستطيع التخلص منها. إن الإعلان عن النوايا في هذه الحالة يزيد الأمر سوءًا. ولكن، بالطبع، هذا ليس الحل الأمثل للمشكلة. قبل أن تحول عادة سيئة إلى طريقة متحضرة، يجب أن تجري حديثًا جادًا مع نفسك.

⚡ عبء آخر ثقيل

ومع ذلك، هناك عبء آخر ثقيل للغاية – وهو الدراسة، أي الحشو. إذا كانت نيتك موجهة نحو ملء رأسك بالمعلومات، فإن ذلك يخلق توترًا عاليًا.

إن النية في هذه الحالة لا يتم تحقيقها، بل يتم بناؤها بدلاً من ذلك. لا يوجد حركة – بل توتر فقط. ولهذا السبب، حتى لو كان ذلك يعني أنني أُطلعك على حكمة من كتاب، فإنه يستحق التكرار: لا معنى لحفظ المعلومات عن ظهر قلب – فستكون عبئًا ميتًا يستهلك قدرًا كبيرًا وغير مبرر من طاقتك لـ "الانغماس". على النقيض من البيانات، لا يُكتسب المعرفة إلا من خلال العمل على الأمثلة، عندما يتم تحقيق النية. على سبيل المثال، إذا كنت معتادًا على شرح الواجبات المنزلية لأطفالك، فافعل العكس – دعهم يشرحونها لك؛ ستشعر بالفرق على الفور. الأمر كله يتعلق بتوجيه نيتك: يجب إعادة توجيهها – حوّل السلبي إلى إيجابي. سيزول على الفور العبء غير المجدي الذي تتطلبه عملية الحفظ.

💡 التخلص من الأوزان الثقيلة

لكن هل من المحتمل أن لديك وزنًا ضخمًا كنت ترغب سرًا في التخلص منه منذ زمن طويل، ولكنك لم تحشد الشجاعة للقيام بذلك بعد؟ تخيل الخفة التي ستشعر بها في اللحظة التي تتخلى فيها عنه. حرر نفسك؛ امنح نفسك مزيدًا من الحرية. اجمع قائمة بالقيود التي تضغط عليك، وألقِ بها عن كتفيك. عندها ستتحرر على الفور احتياطيات طاقة النية، وهذا سيسمح لك بالتحرك إلى الأمام.

كما ذكرنا سابقًا، فإن الهدف ينشط طاقة النية في عملية التحقيق. من الأفضل، بالطبع، أن تسعى وراء هدفك. إذا نجحت في ذلك، فمن المرجح أن تكون مسألة ندرة الطاقة غير مطروحة بالأساس. لأن روحك وعقلك، بعد أن وحّدا مسعاهما، سيندفعان نحو أمانيهما الأعز بكل حماس. ولكن إذا لم تشعر بالقدرة على الانخراط في نشاط حيوي وغزو قمم جديدة في هذه اللحظة بالذات، فيجب ألا تحاول حتى العثور على هدفك. في هذه الحالة، هناك احتمال كبير أن تستغل "النّواسات" ضعفك وتفرض عليك أهدافًا غريبة. للعثور على هدفك الخاص، يجب أن تمتلك مستوى عاليًا بما فيه الكفاية من الحرية، وقبل كل شيء التحرر من الالتزامات تجاه الآخرين وتجاه نفسك. وفوق كل شيء، لكي تنجح في ذلك، عليك أن تتخلص من عبء آخر: تحتاج إلى أن تسمح لنفسك بعدم وجود هدف خاص بك بعد. للعثور عليه، تحتاج إلى طاقة حرة – ويجب أن تكون هذه هي أولويتك الرئيسية.

⚡ طرق زيادة الطاقة الحرة

يمكنك استخدام ثلاثة طرق لزيادة طاقتك الحرة:

1. تحرير الموارد المستهلَكة.
2. التمرن على تيارات الطاقة.
3. توسيع قنوات الطاقة.

بمجرد تحرير مواردك المستهلَكة، تحصل على دفعة ملحوظة من الطاقة. في السابق، إذا كنت تمنح طاقتك لـ "النّواسات" – على سبيل المثال، "نواس" الكحول و/أو التبغ – فإن هذه الطاقة أصبحت الآن تحت تصرفك. في السابق، كنت تهدر الطاقة على القلق والاضطراب. أما الآن، فقد تحولت هذه الطاقة إلى عزيمة للعمل.

في السابق، كنت تهدر طاقتك على التردد والشك، وتعذب نفسك بأسئلة حول ما إذا كنت تفعل الشيء الصحيح أم لا. أما الآن، فأنت من يحدد ما هو صحيح بالنسبة لك وما هو غير ذلك. في السابق، كانت الطاقة تذهب إلى المشاعر السلبية والالتزامات، المرتبطة بالشعور بالذنب. أما الآن، فهذه الطاقة حرة. في السابق، كنت تتألم بسبب الحاجة إلى تأكيد أهميتك. أما الآن، فأنت تسمح لنفسك بالعيش وفقًا لمُعتقدك، وتجد الأمر سهلاً. لقد تحولت جميع النفقات السابقة إلى مكاسب – لـ طاقة النية، التي بمساعدتها يمكنك تشكيل واقعك.

💪 تدريب طاقة النية

لقد ذُكر بالفعل في الكتاب الأول عن "الترانسيرفينغ" أن طاقة النية يمكن تدريبها وتحسينها. مثلما تعمل التمارين البدنية على تطوير النسيج العضلي، فإن تحقيق الأهداف الجديدة يزيد من مستوى الطاقة. ولكن عندما يتم غزو جميع القمم الرئيسية، وتصبح الحياة تدفقًا هادئًا، فإن طاقة النية تبدأ في الضمور. يمكن تعويض انخفاض مستويات الطاقة من خلال التدريب الطاقي. الفكرة هي أنه عندما تقوم بأي نوع من التمارين البدنية، يجب أن تركز انتباهك على التيارات الصاعدة والهابطة، كما هو موضح في الكتاب الأول. إذا أضفت التصور للعملية، حيث تضع في ذهنك شريحة (صورة ذهنية) يمكنك أن ترى فيها طاقة النية تنمو يومًا بعد يوم، فإن التدريب يصبح أكثر فعالية. إن طاقة النية تزداد بالحَثّ (الاستقراء) ذاتها.

إذا كنت تُخضِع طاقتك لتدريب مكثف، فهل تتوقع عواقب في اليوم التالي؟ على الأرجح لا. بل على العكس تمامًا – ستشعر بإنهاك كامل. ففي النهاية، إذا بدأت بممارسة التمارين البدنية بعد انقطاع طويل، فستشعر في اليوم التالي بآلام في العضلات. يحدث الشيء نفسه مع تدريب طاقة النية. إلا أنه في هذه الحالة لا تشعر بالألم، بل بالتعب والخمول. لا يجب أن يقلقك هذا، لأن كل شيء سيعود إلى طبيعته. المهم هو مواصلة التمرين بشكل منهجي. كل يوم امنح نفسك التوجيه التالي: "طاقة نيتي تتزايد كل يوم". بعد بضع جلسات فقط ستشعر بـ هزة قوية تجعلك حرفياً ترغب في البدء في القفز والطيران.

🍎 تنظيف الجسد وتوسيع القنوات

والآن، في الختام، فإن الطريقة الأكثر مباشرة لزيادة طاقتك هي تنظيف جسدك وتغيير نظامك الغذائي إلى منتجات طبيعية لم تتم معالجتها حراريًا. لماذا؟ هذا موضوع منفصل وبعيد عن أن يكون تافهاً – سيتم فحصه عن كثب في كتابي القادم. في الوقت الحالي، وباختصار، يمكنني إجراء التشبيه التالي: تتدفق الطاقة في أجسادنا كتدفق الماء في شبكة أنابيب. في الجسم النظيف، تمامًا كما في الأنبوب النظيف، يكون ضغط الماء أكبر.

هذا يعني أن تنظيف جسدك والمحافظة عليه أمر سهل وطبيعي. ومع ذلك، هناك خيار آخر أيضًا: يمكنك تنظيف الأنبوب عن طريق ضخ الماء فيه بضغط أعلى. هذا هو مسار الممارسات التأملية. لكن هذا يستغرق وقتًا طويلاً ويصعب القيام به، ولهذا السبب أقترح المسار الأسهل والأكثر مباشرة – وهو التنظيف الفسيولوجي.

🚀 الإلهام والنجاح

إن المستوى العالي من الطاقة يضع الشخص في حالة تسمى الإلهام. في هذه الحالة، تكون قادرًا على توليد الأفكار، وإيجاد الحلول العبقرية، وابتكار الروائع. إن المُلهِمة (الميوزا)، كالفراشة، تنجذب دائمًا إلى النور. أما التشكيك واللامبالاة فهما دليلان على انخفاض مستويات الطاقة. عندما تعاني من نقص في الطاقة، ستنظر دائمًا إلى العالم بتشاؤم وهذا سينعكس حتمًا في الواقع. ومع ذلك، عندما تكون حيويتك عالية، فإنك تنقل صورة قوية لشخص ناجح إلى مرآة العالم، والنجاح يتحرك نحوك بإرادته.

هناك شيء آخر يجب ذكره بخصوص الإلهام. ربما لاحظت أنه يتصرف أحيانًا بأغرب الطرق. هناك لحظات تشعر فيها بـ هزة عقلية، حيث يبدو المستحيل ممكنًا، ولكن لسبب ما سرعان ما تخمد هذه الحماسة ويحل محلها الواقعية. سرعان ما تستهلك نار التفاؤل، ويستقر حولك المشهد القاتم السابق لعالم رمادي، حيث تبدو الأفكار المجنحة مرة أخرى يائسة. ما فائدة هذا الإلهام، عندما يكون قادرًا فقط على بناء قصور في الهواء؟

⚠️ الإفراط في الحماس لا الإلهام

حقيقة الأمر هي أن هذا ليس إلهامًا، بل إفراط في الحماس (الابتهاج). تحدث هذه الحالة عندما يكون هناك انتقال دراماتيكي من مستوى طاقة منخفض إلى مستوى طاقة مرتفع. يحدث هذا الانتقال عندما تستخدم الكثير من المنشطات، أو ببساطة عندما تثير بعض المعلومات غير العادية خيالك. إن الانفجار الشاذ للطاقة يوفر لوعيك وصولاً إلى القطاعات في فضاء الاحتمالات التي تقع على مسافة كبيرة من تلك المتحققة حاليًا. نظريًا، يمكن تحقيق هذه الاحتمالات أيضًا، لكنها بعيدة عن مسار تيار الاحتمالات، وبالتالي تتطلب نفقات كبيرة من الطاقة. وللسبب نفسه، فإن الأفكار التي بدت عبقرية في المنام، تصبح باهتة عند الاستيقاظ. في الأحلام، غالبًا ما تحلق روحك بعيدًا جدًا لدرجة أنها تصل إلى مناطق لا علاقة لها بالواقع الحالي.

إن الأفكار الحقيقية لا تولد إلا من خلال طاقة النية المستقرة. وهي لا تقع بعيدًا عن تيار الاحتمالات. ولكن لكي يتجاوز وعيك حدود العالم المادي ويصل إلى هذه الأفكار، فأنت بحاجة إما إلى موهبة خاصة، أو مستويات عالية من الطاقة المستقرة. وبالتالي يمكنك بسهولة تعويض أي نقص في الموهبة.

🔄 كيف تصبح الرغبة حقيقة

لا توفر طاقة النية للشخص حيوية عالية فحسب تساعده على العمل بفعالية في العالم المادي. هناك حقيقة أخرى أكثر إثارة للاهتمام – فكلما كانت طاقتك أعلى، زادت سرعة تحول هدف رغبتك إلى واقع. يتم تعديل طاقة الفضاء الخارجي، عندما تمر عبر جسم الإنسان، بواسطة أفكار الشخص وتكتسب شكلاً مُنظمًا. تمامًا كما يقوم جهاز الإرسال اللاسلكي بتحويل الكهرباء إلى إشارة تحمل معلومات. بمجرد حصولها على نظام معلوماتي، فإن طاقة الشخص "تضيء" القطاع المقابل في فضاء الاحتمالات. ونتيجة لذلك، يحصل الاحتمال الميتافيزيقي على تجليه الفعلي على الجانب المادي للمرآة المزدوجة – لقد تم تجسيد الفكرة. من الواضح أنه كلما كانت قوة الإرسال أكبر، كانت عملية التجسيد أكثر كفاءة. كما تعلم من الفصل السابق، لا يتم تحقيق الأفكار على الفور، وإلا لكانت حياتنا أشبه بلعبة حاسوب مثبتة في عالم من الفوضى الكاملة. لتكوين انعكاس، تحتاج إلى صورة محددة جيدًا، ولدت في وحدة الروح والعقل، أو تركيز مطوّل إلى حد ما للانتباه الموجه نحو هدف. ربما في يوم من الأيام، سيخترع الناس "أداة لتجسيد فضاء الاحتمالات". إذا سمح الله بذلك، بالطبع. فالذكاء الاصطناعي، بعد كل شيء، لا يزال بعيد المنال – وربما هذا هو الأفضل، لأنه لا أحد يعرف إلى ماذا سيؤدي ذلك. المهم بالنسبة لنا هو أننا قادرون على تحويل الرغبات إلى واقع.

🧘‍♂️ التحكم في الواقع

إن المستويات العالية من الطاقة لا تعني استخدام القوة. لتشكيل طبقة عالمك بشكل أكثر فعالية، يجب أن تشعر بأنك كيان واحد ومتماثل. تحتاج إلى إلقاء نظرة جديدة على الواقع المحيط. أنا أتحكم في واقعي، كما أتحكم في جسدي. ادخل إلى نفس برنامج الزمن لواقعك – لا تتوقع حدوث تغييرات فورية، بل كن هادئًا وصبورًا وموجهًا نحو الهدف. يمكنك التحكم في جسدك بسهولة – هذا أمر عادي بالنسبة لك. ولكن هناك أشخاص فقدوا هذه القدرة بسبب أمراض معينة. قد تقوم أجسادهم بحركات غير منضبطة أو تظل في حالة شلل تام وتُعصي النية. عندما تكون في حالة فوضى، فإن جسدك أيضًا لا يخضع لك بالكامل. على سبيل المثال، قد تظهر يدا الشخص الخجول والمتردد حركات غير منضبطة. لا توجد وحدة بين الروح والعقل والجسد.

الأمور أسوأ بكثير في العلاقة بين الشخص وطبقة عالمه. يشعر الشخص بالانعزال عن الواقع المحيط، كما لو أن طبقته موجودة هناك في الخارج – تقوم بحركات غير منضبطة، ويبدو أنه لا يمكن فعل أي شيء لإيقافها. ولكن لو شعر هذا الشخص بالوحدة مع عالمه، فسيحصل على القدرة على التحكم فيه، وكأنه جسده. لقد ضمرت هذه القدرة تمامًا، ولكن يمكن استعادتها. للقيام بذلك، تحتاج إلى تدريب نفسك على الاهتمام دائمًا بالمحيط، والشعور بأنك جزء من هذا العالم، وأن تكون في سياقه، والبحث عن تلك الروابط التي توحدك أنت والعالم. بعبارة أخرى، أن تكون جزيئًا منفصلاً عن العالم ومُذابًا فيه في الوقت نفسه.

لن أخفي عنك أن هذه المهمة ليست سهلة. لا يمكن تعليمها – يمكن للشخص أن يكتسب الوحدة مع العالم فقط من خلال الخبرة اليومية. وقد يتبين أن هذا المسار طويل بقدر الحياة نفسها. لذلك، لأولئك الذين ليسوا منخرطين في الممارسة الشاقة للكمال الروحي، هناك تعليمات بسيطة ومباشرة.

🎯 أهمية التركيز على الهدف

الأمر هو كالتالي. لا تحصل دائمًا على ما تريده مباشرة. ولكن في أي حال، أنت تحصل فقط على الأشياء التي تتوجه إليها نيتك. على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى اكتساب كتلة عضلية، يجب أن يتركز انتباهك على شريحة تتزايد فيها عضلاتك. إذا كنت بحاجة إلى إنقاص الوزن، يجب أن تكون كل أفكارك حول كيف يصبح جسمك أنحف. إذا كان هدفك هو زيادة طاقة النية، فعليك التركيز على تدفقات الطاقة والغشاء (يقصد غشاء الهالة أو الجسم الطاقي). وبالمثل، إذا لم تكن نيتك موجهة إلى أي شيء على الإطلاق، فلن تحصل على أي شيء أيضًا.

التمرين بلا هدف هو هدر لوقتك وجهدك سُدى. عندما يتركز انتباهك على الجهد وليس على الهدف، فإنك ببساطة تستخدم طاقتك الفسيولوجية، وهذا كل شيء. لأن الجهد هو وسيلة تؤدي إلى الهدف؛ إنه وسيلة لتحقيقه. وبهذه الطريقة ستكون دائمًا في الطريق، لأن المرآة لا تعكس سوى ما تحتويه الصورة.

الأطفال ينفجرون بالطاقة، ولكن هذه الطاقة غير قابلة للتحكم وتتبعثر بلا فائدة في الفضاء. وبالمثل، إذا حصلت على طاقة نية بمستويات عالية، ولكنك لم تعطها توجيهًا واضحًا، فلن تكون ذات فائدة لك.

المصباح العادي لا يمكنه إلا إضاءة الفضاء القريب. بينما شعاع الليزر الموجه بدقة يصيب هدفًا على بعد عدة كيلومترات. لذلك، إذا كنت تريد أن تعمل طاقتك، يجب أن تمنحها اتجاهًا محددًا نحو هدف.

🧠 التحكم في الأفكار

إن التوجه نحو الهدف يوجه طاقة النية في اتجاه محدد بدقة. التركيز هو الجوهر – ليس التوتر، بل التركيز. عادة، تعمل خلاطة الأفكار العقلية من تلقاء نفسها. تولد الأفكار وتموت بلا سيطرة؛ تقفز الأفكار من موضوع إلى آخر. العقل "يرفس بساقيه الصغيرتين" كالطفل. للتحكم في الواقع، تحتاج إلى إبقاء أفكارك تحت السيطرة. هذا مرهق بعض الشيء في البداية، ولكنه يصبح عادة بعد ذلك.

لتطوير هذه العادة، يكفي اتباع قاعدة بسيطة: درّب نفسك على التفكير فيما تفعله الآن. لا تفعل أي شيء لمجرد القيام به، دون تفكير، بينما تسبح في هلام لا شكل له من الأفكار غير المنضبطة. أعلن عن إعلان النوايا. هذا لا يعني أنه يجب أن تكون دائمًا في حالة تأهب قصوى. يمكنك أن تدع أفكارك تنجرف بقدر ما تريد، ولكن افعل ذلك بشكل مقصود، وفقًا للمبدأ: "إذا كان عقلي يجول، فذلك فقط لأنني سمحت له بذلك". وبنفس القدر من القصدية، عد إلى حالة التركيز عند الضرورة.

بشكل أساسي، النقطة هي أن تكون صورة فكرتك متضمنة بشكل أساسي في الإطار الذي ترغب في رؤيته في انعكاس المرآة المزدوجة. وبهذه الطريقة، لتحقيق هدف، لا تحتاج إلى أن تكون في حالة وحدة عضوية مع العالم، بل يكفي أن تثبت انتباهك بشكل منهجي على شريحة الهدف. من خلال التحكم في سيل أفكارك، فإنك تُخضِع الواقع لإرادتك. لا يهم أن تظل أفكارك خارجة عن السيطرة. المهم هو اعتياد إعادتها إلى مسار شريحة الهدف.
عندما تستمر أفكارك في العودة إلى الهدف كعادة، ستصبح الشريحة رفيقك الدائم – تكون صورتها دائمًا في الخلفية، في سياق كل ما يحدث لك. في هذه الحالة، لا تحتاج إلى الشك – ستتشكل الصورة، وستعكسها مرآة العالم حتمًا في الواقع.

🧼 تنظيف العالم

كل شخص لديه طبقته الخاصة المنفصلة من العالم. يمكن القول إن السطح العاكس للمرآة المزدوجة متعدد الطبقات. كل كائن حي، عند ولادته، يمتلك لوحة مرآة خاصة به تحت تصرفه. من أفكار ونوايا الفرد، تتشكل صورة، والتي تخلق في الانعكاس واقعًا منفصلاً. يتم تراكب جميع تلك الأكوان من الحقائق فوق بعضها البعض، مما يخلق ما نلاحظه حاليًا في الواقع المادي. إذا تحدثنا عن الإنسان، فإن طبقة عالمه هي فضاء وجوده، أي كل ما يحيط به. يتشكل الواقع الفردي بطريقتين: مادية وميتافيزيقية. بعبارة أخرى، يخلق الشخص عالمه بأفعاله وأفكاره. من الصعب الحكم على أي من هذين الجانبين له التأثير الأكبر على الواقع. ربما تلعب الصور الذهنية الدور الرئيسي، لأنها تخلق جزءًا كبيرًا من المشكلات المادية التي يتعين على الناس التعامل معها معظم الوقت. وكما تدرك الآن، فإن الترانسيرفينغ يتعامل بشكل حصري مع الجانب الميتافيزيقي.

يعيش كل شخص في بيئته الخاصة المحاطة بكميات من الناس والأشياء المادية. كيف تصنع من هذه المحيطات الملونة مجالاً منفصلاً للوجود؟ يتم ذلك بسهولة بالغة. إذا أزلت كل الأشياء المادية، فما يتبقى هو الجوهر الرئيسي، وهو ما يهمنا أكثر من أي شيء آخر: كيف تسير الأمور – جيدًا أم سيئًا؟ قد تكون البيئة غنية أو فقيرة، ودودة أو عدوانية، مريحة أو غير مريحة – لكن هذا ليس هو المهم. المهم هو مدى سعادة الشخص في هذه الظروف – هل يحصل على كل ما يسعى إليه؟ هل الظروف مواتية؟ هذه السمة للطبقة – لونها – هي التي لها تأثير حاسم على كل ما يحدث في الواقع المادي.

يمكن أن تحتوي طبقة العالم على تدرجات فاتحة وداكنة. كل شيء يعتمد على كيفية بناء الشخص لصورة أفكاره – فكلما زادت الأشياء السلبية، كان الواقع أكثر قتامة. وكلما ساءت الأمور، تراكم المزيد من "عدم القبول"، والذي، بسبب آلية التغذية الراجعة، يجعل الطبقة أكثر قتامة. ويستنتج من كل هذا أن واقعك المنفصل، تمامًا مثل جسدك، يجب أن يظل نظيفًا.

يجب طرد جميع الأفكار السلبية بعزم وبلا رحمة، حتى لا تفسد عالمك. إلى الخارج! وبالمثل، يجب عليك إخراج القمامة وتنظيف منزلك بشكل متكرر. تحتاج إلى التخلص من أي فضلات ملقاة هنا وهناك. وإلا، فمهما حاولت جاهدًا، ستظل الأمور تسير على نحو سيئ دائمًا.

🦠 التخلص من "نفايات" الروح

ومع ذلك، هناك نوع من القمامة لا يمكنك ببساطة إلقاؤه خارج عالمك. يتكون هذا النوع بشكل أساسي من: مشاعر الذنب، ثم مشاعر النقص، والشكوك، والمخاوف، والاشمئزاز، والاتهام، والنفور، وأسوأ التوقعات. إنها أشبه بمرض ستسعد بالتخلص منه، ولكنك لا تستطيع. ومن ثم، سيتعين علينا معالجتها. ولكن لدينا علاجات.

تخيل المشهد التالي: شخص، جنبًا إلى جنب مع عالمه، يركب حافلة سحرية إلى مكان تتحقق فيه الأحلام.

"ها نحن ذا، يا عزيزي، ننطلق لنحصل على لعبتك."

"أجل أيها العالم – هذا رائع!"

تعد الرحلة الممتعة بالكثير. كل شيء سيكون عظيمًا – فماذا تريد أكثر من ذلك؟! لكن العقل القلق غير معتاد على ذلك؛ إنه يبحث دائمًا عن المشاكل في الأفق. لأنه لا يمكن أن يكون كل شيء طريقًا مفروشًا بالورود!

"مهلاً، أوقف الحافلة! أعتقد أن هؤلاء الأشخاص الشرفاء يحكمون علي. يجب أن نأخذهم معنا للتعويض."

"لا تقلق بشأن ذلك يا عزيزي. تخلص من هذا العبث من رأسك!"

"لا، لا، يجب أن نأخذهم؛ وإلا فلن أتمكن من الاسترخاء."

تتوقف الحافلة، ويدخل بعض الأفراد الكاذبين، ويبدأون على الفور في التذمر وتقديم المطالب لرجلنا:

"نحن قضاتك!"

هذا لا مفر منه، لذلك تواصل الحافلة سيرها. ومع ذلك، فإن الأمور ليست سيئة للغاية، لكن الرجل متوتر بالكامل.

"انظر هناك [يقول للعالم] – يا له من أناس رائعين! دعنا نأخذهم معنا، سيكونون قدوتي."

"اغفر لي يا عزيزي، ولكن لماذا نحتاج إلى رفقاء إضافيين؟"

يحاول العالم الاعتراض عبثًا، ولكنه يُجبَر على الموافقة، وتمتلئ الحافلة بـ أفراد متغطرسين، يظهر مظهرهم بالكامل للرجل أنه لن يكون أبدًا جيدًا مثلهم:

"نحن مُثُلك العليا."

كلما تقدم الطريق، يحاول كل من: الخوف، والقلق، والشك، وأسوأ التوقعات التوقف للحاق بالركب. ورجلنا، بالطبع، يحاول التفكير بمظهر الذكي على وجهه:

"ربما سيرينا هؤلاء المسافرون الحكماء الاتجاه الصحيح ونتجنب اتخاذ خطوة خاطئة؟"

"كما تشاء أيها الرجل الطيب [يوافق العالم وهو يسمح بدخول هذا الحشد الصاخب]."

"نحن حِسُّك السليم!" [يصيحون].

بشكاواهم المعقولة، يحول هؤلاء الأشخاص الرحلة بأكملها إلى جحيم على عجلات. علاوة على ذلك، يتم إغلاق الطريق بسبب الاشمئزاز، والنقد، والنفور. الرجل لن يفعل شيئًا لتجنب مقابلتهم، لكن العالم اعتاد بالفعل على حمل كل من يوجه العقل انتباهه إليهم. يقتحم هؤلاء الحمقى المزعجون الأبواب بزمجرة من الضحك، صارخين:

"نحن أسوأ كوابيسك!"

سيكون الرجل سعيدًا بالتخلص من هؤلاء الرفقاء المزعجين، ولكن فات الأوان. الحافلة مكتظة ولا يمكنها التحرك بعد الآن. لقد أفسد المتلاعبون، والأصنام الكرتونية، والمتذمرون الهستيريون، والمستشارون، وبعض الديدان كل شيء. من نلوم؟ لماذا حملهم؟

💔 تدمير الذنب

إن الشعور بالذنب هو الأكثر تدميراً من بين كل هذه القمامة – سواء كان واعيًا أم لا، فلا يهم. إذا لاحظت أن العالم يعاقبك أو يهينك، أو يتصرف وكأنه يسخر منك، أو يحاول جعلك تخضع، فلديك جميع أعراض المرض. اطرد هذه العدوى باقتلاعها. الذنب ضيف وقح في منزلك يغوص في كرسيك واضعاً قدميه على الطاولة، ويملي عليك شروطه. أنت قادر تمامًا على طرده، إذا أدركت حقيقة أن هذا الأمر في وسعك. حتى لو كنت قد أخطأت حقًا، فلديك الحق في طلب المغفرة مرة واحدة فقط.

يؤدي الذنب إلى العقاب بجميع أشكاله – من الاضطرابات الصغيرة إلى المشاكل الكبيرة. قد تقطع إصبعك، أو قد تتعرض لحادث. هذه هي الطريقة التي يعمل بها نموذج رؤية العالم للشخص: يجب أن يتبع الفعل عقاب، وتكون الروح والعقل معًا مُتفقين بالكامل على ذلك.

علاوة على ذلك، يُشدد الذنب من الاستقطاب بقوة. ونتيجة لذلك، تجذب قوى الموازنة جميع أنواع المصائب على "من اعترف بذنبه". وإن أكثر المصائب إزعاجًا هم المتلاعبون، الذين يلتصقون بك مثل الذباب الثقيل. لقد أصبحوا بارعين حقًا في إثارة الشعور بالذنب لدى "عملائهم". إذا كان الشخص لديه ميل إلى تحمل الذنب، فإن المتلاعب سيفعل كل شيء ليحمّله المزيد.

يتم غرس عقدة الذنب فينا من الخارج عندما نكون أطفالاً. يستخدم الكبار أحيانًا أساليب محظورة لجعل أوامرهم تُطاع. إذا بقي الطفل لفترة طويلة تحت رعاية متلاعب نموذجي، يتم إدخال نوع من الشريحة الإلكترونية الدقيقة في نفسيته غير المستقرة – وهي شريحة على شكل شعور لا واعي بالواجب أو التزام بالتعويض عما وُجد مُذنبًا به.

الشخص "المبرمج" محكوم عليه بحمل هذا الصليب الثقيل ويستمر في كونه دمية في أيدي المتلاعبين، طالما بقيت هذه الشريحة الدقيقة في عقله الباطن. لكن كيف تزيلها؟ لا يمكنك إغراق الذنب، والتخلص منه كأن لم يكن أمر مستحيل – فجذوره عميقة جدًا. لقد أمضت روحك وعقلك وقتًا طويلاً في العيش مع الشعور بأنك مدين للآخرين دائمًا. ولا يمكن إخراجهما من هذه الحالة إلا من خلال مجموعة محددة من الإجراءات.

🛑 التوقف عن التبرير

وهي: يجب أن تتوقف عن تبرير نفسك. هذه حالة حيث معالجة النتيجة تُزيل أسبابها. لست بحاجة إلى إقناع نفسك بأنك لست مدينًا لأحد بأي شيء. ما عليك سوى مراقبة ما تفعله عادةً – ستحتاج إلى اليقظة لذلك. إذا كنت معتادًا في السابق على الاعتذار عند أدنى استفزاز، فيجب عليك الآن تطوير عادة جديدة: اشرح أفعالك فقط عندما يكون ذلك ضروريًا حقًا.

لست بحاجة إلى إقناع نفسك بأنك غير ملزم بفعل شيء ما. دع الذنب يبقى بداخلك. لكن لا تُظهره للخارج. لن يحصل المتلاعبون على نفس الفائدة منك بعد الآن، وسوف يتركونك وشأنك تدريجيًا. في الوقت نفسه، ستبدأ روحك وعقلك تدريجياً في الاعتياد على الشعور الجديد: أنت لا تبرر نفسك، بل تتصرف كما لو أن الطريقة التي أنت عليها هي الطريقة التي يجب أن تكون عليها، وبالتالي، فإن ذنبك ببساطة غير موجود. ونتيجة لذلك، سيكون هناك أسباب أقل وأقل لـ "التكفير". بهذه الطريقة، عن طريق حلقة تغذية راجعة، يقوم الشكل الخارجي ببطء بترتيب محتوياتك – ستختفي مشاعر الذنب، وكذلك ستختفي جميع المشاكل المصاحبة لها.

🚫 التخلي عن أهميتك

هناك مرض آخر، يعاني منه الجميع تقريبًا، وهو عقدة النقص. هذا الوزن يجعل الشخص يشعر بأنه عديم القيمة أو بلا موهبة، وهو بالضبط ما ينعكس في الواقع. في الكتاب الأول عن "الترانسيرفينغ"، تحدثت مطولاً عن الأهمية الداخلية – ما هي أنواع المشاكل التي يمكن أن تنشأ عندما يحاول الشخص بكل الوسائل الممكنة رفع أهميته الشخصية، لأنه يشعر بالفشل بطريقة ما. المفارقة هي أن هناك قانونًا معينًا يعمل هنا يشبه إلى حد كبير مبدأ عدم اليقين في ميكانيكا الكم: تتناقص الأهمية بزيادة الجهد الموجه لمحاولة التأكيد عليها. والعكس صحيح: الشخص الذي لا يهتم بأهميته يمتلكها، مهما حدث.

إن الرغبة في تعزيز موقفك وإبراز فضائلك هي وهم؛ إنها مطاردة للانعكاس في حلقة المرآة. لكن كيف تقنع نفسك بأنك تستحق شيئًا وليس هناك حاجة لإثبات ذلك؟ هنا لدينا حلقة تغذية راجعة أخرى، يتم من خلالها القضاء على السبب بالنتيجة. تحتاج إلى إعادة توجيه نيتك بوعي: بدلاً من محاولة الإثبات، يجب عليك مقاطعة أي محاولة لرفع أهميتك تمامًا. إذا لم يكن الشخص يحاول إظهار مدى أهميته (وأنت تعلم أن الجميع تقريبًا يحاولون فعل ذلك، بطريقتهم الخاصة)، يمكن للأشخاص من حوله أن يشعروا بأن أهميته لا تحتاج إلى تأكيد. وعندما تكون هذه هي الحالة، يبدأ الناس في التعاطف الكبير مع هذا الشخص ويبدأون في معاملته بمزيد من الاحترام. ونتيجة لذلك، تبدأ الروح والعقل تدريجياً في التشبع بالاقتناع: "أنا حقًا أستحق شيئًا". تتوقف حلقة المرآة فجأة للحظة، ثم تدور وتبدأ في التحرك نحوك. ونتيجة لذلك، تنمو قيمة الذات لديك، وتختفي عقدة النقص عمليًا.

🛡️ **مبادئ المرآة ضد الشكوك والمخاوف**

إن الشكوك، والمخاوف، والقلق تدمر أيضًا صورة العالم بالكامل. لا تنس أنه بمجرد انعكاس هذه الأفكار في المرآة، ستصبح طبقات العالم مُصابة بشيء سيتعين عليك حقًا توخي الحذر منه. لكن المخاوف تُلحق أقصى الضرر بهدفك المحدد، لأنه كما اكتشفت من الفصل السابق، فإنها تتحول إلى الشوق والقلق العميقين.

كلما اشتدت رغبتك، كخوف من الهزيمة، زادت الأهمية الخارجية وقل احتمال النجاح. يجب التخلي عن أي انتظار على شكل لهفة؛ وإلا فلن يخرج منه شيء. لتحقيق هدف، تحتاج إلى نية – أي الخلو من الشكوك، ويظهر هذا عندما تنتقل من مجرد "الرغبة" إلى العمل. من أجل القضاء على حكة نفاد الصبر، تحتاج إلى إيجاد شبكة أمان، وخطة احتياطية في حالة الفشل، وأيضًا قبول الفشل من البداية. ولكن هنا السؤال: كيف يمكنك قبول الفشل مسبقًا، إذا كنت تتعذب بعطش لا يطاق للحصول على ما هو لك؟ حسنًا، كما ترى، عندما لا تسير الأمور، فإن اليأس أو ربما حتى الغضب سيجعلك تودع النتائج المتوقعة.

يمكنك أيضًا التخلص من الأهمية الداخلية، أي الشعور المرضي بالأهمية الشخصية، بسبب اليأس المطلق. إذا لم ينجح شيء ما بالنسبة لك وبالتالي يضرب طموحاتك بقوة، فإن الشعور باليأس سيجعلك تبصق على كل شيء وتتخلى عن أهميتك الشخصية كأنها عبء ميت. ستشعر على الفور بالحرية والراحة. وستتحسن الأمور على الفور.

تظهر الشكوك حول ما إذا كانت خططك ستُنجز بنجاح عندما يفكر العقل في طرق ووسائل تحقيق هدفك. في كتاب "عبور الواقع (ترانسيرفينغ)"، تحدثت كثيرًا عن سبب عدم تفكيرك في ذلك. لا يمكنك أن تعرف على وجه اليقين كيف ستسير الأمور بالضبط. مهمتك هي تركيز انتباهك على الهدف، كما لو كنت قد حققته بالفعل؛ وعندها ستفتح النية الخارجية في الوقت المناسب الأبواب الضرورية.

الآن بعد أن عرفت قواعد التفاعل مع المرآة المزدوجة، ليس هناك ما يدعو للقلق بشأنه. إن العلاج الأكثر فعالية ضد الشكوك والمخاوف هو مبادئ المرآة. أولاً، وجه انتباهك إلى التمسك بـ الأمَل: "عالمي يعتني بي". ثانيًا، يجب عليك اتباع المبادئ الثلاثة الأخيرة للمرآة بدقة.

على سبيل المثال، لنفترض أنك تخطط للالتحاق بالجامعة وترغب في اجتياز امتحان القبول. قبل الاختبار، قل لنفسك: "ربما إذا فشلت، فسيكون ذلك في الواقع ضربة حظ سعيدة لي". ثم اذهب، سعيدًا ومتحررًا من القلق، للجلوس للاختبار. هذا ما يسمى قبول الفشل والمضي قدمًا مع تيار الاحتمالات. إنه يعني القيام بما هو مطلوب منك، وفي الوقت نفسه التفكير في النتيجة النهائية بلا مبالاة. أو بالأحرى، اعتبار أي نتيجة ناجحة.

لا "تتظاهر" بأنك لا تريد تحقيق هدفك – لن تكون قادرًا على خداع نفسك. ولا يجب أن تفكر في كيف سيتم تحقيق هدفك بالضبط، أو أن تستحوذ عليك فكرتك. مهمتك هي القيام بعملية تصور الشريحة ومواصلة تحريك قدميك في اتجاه الهدف. يجب ألا يوجه التحكم في عقلك إلى السيناريو، بل إلى الالتزام بمبادئ المرآة.

لماذا يجب أن تقلق بشأن ما إذا كان النجاح ينتظرك في نتيجة معينة؟ لأنه الأمر يرجع إليك لتحديد الموقف الذي يجب أن تتخذه – إيجابيًا أم سلبيًا. الجميع معتادون على التعامل مع إخفاقاتهم على أنها شيء سلبي بشكل لا لبس فيه، وبالتالي فهم مُلزَمون بالخضوع لقواعد اللعبة، حيث يكون النجاح صعبًا بحكم تعريفه. بدلاً من ذلك، قم بحركة غير مناسبة: سمِّ فشلك نجاحًا. بهذه الطريقة ستتمكن من الخروج من الصف، وسيُضمن النجاح.

هنا، كما في حالة الذنب والأهمية، تعمل حلقة تغذية راجعة. من خلال تحويل انتباهك من المرآة إلى الصورة وعدم مطاردة انعكاسك بعد الآن، فإنك توقف حلقة المرآة. ليست هناك حاجة للاعتقاد بالنجاح أو إقناع نفسك بذلك. كل ما تحتاجه هو إعادة توجيه انتباهك إلى اتباع المبادئ. بمجرد أن تبدأ في إظهار تأثيرها، ستلاحظ أن تغييرات كبيرة تحدث في الواقع. سيقتنع عقلك بأن المرآة تعمل حقًا. ويدرك أخيرًا أن النجاح لا يتحقق بالطريقة التي تخيلها. ونتيجة لذلك، ستهدأ الروح والعقل، وسيختفي الخوف والشك، وستدور حلقة المرآة لصالحك.

🗑️ التخلص من النقد وعدم الرضا

إن النفايات المتبقية التي تحتاج إلى طردها من عالمك هي: الإدانة (النقد)، والاستياء، والنفور، وأسوأ التوقعات. فيما يتعلق بالأول، تحتاج إلى أن تكون واضحًا أن انتقاد شخص ما، حتى لو كان مبررًا، هو شيء غير موات للغاية للقيام به. إنها مهمة ناكرة للجميل للغاية. إن قوى الموازنة، من أجل استعادة التوازن بين الخير والشر، ستبذل قصارى جهدها لوضع المتهم في قفص الاتهام. ولن يكون العثور على سبب أو مبرر مشكلة أبدًا. لذلك يجب أن تضع حظرًا على أي نوع من الإدانة يأتي منك.

فيما يتعلق بالمواقف السلبية الأخرى، هناك شيء واحد فقط يجب قوله. من خلال التمثيل في مسرحية بعنوان "أنا غير سعيد بعالمي، أنا لا أحب حياتي"، فإنك تشكل وتحافظ على واقع كهذا تمامًا. ذكّر نفسك مرارًا وتكرارًا بأنك أمام مرآة. إن الأمل والمبادئ الثلاثة الأخيرة ستساعدك على تحويل طبقة عالمك إلى مكان صغير دافئ. ليس هناك ما يمكن إضافته إلى هذا.

🚪 بدء التغيير في الشدائد

وشيء أخير. لنفترض أنك تمر بـ محنة خطيرة الآن – الأمور سيئة للغاية لدرجة أنك ببساطة لا تملك القوة لاتباع أي نوع من المبادئ. من أين تبدأ؟ كيف تُقوِّم واقعك؟

يحدث أحيانًا أن تصبح الحياة لا تُطاق تمامًا – كسكير أفاق واكتشف واقعًا كئيبًا ومحطمًا حوله. في الواقع، لنأخذ مثالًا نموذجيًا لتوضيح المسألة: اليوم التالي لحفلة ممتعة، عندما يحل صباح كئيب ومُحبط وعليك أن تجر نفسك إلى العمل. بعد فترة احتفالية، لا تكون المشاكل دائمًا في مكان العمل فقط. حقيقة أن الناس لا ينجحون في التحول إلى وضع العمل في الوقت المناسب أمر مفهوم، ولكن شيئًا مشابهًا يحدث أيضًا للمعدات التقنية. وفقًا للبيانات الإحصائية، فإن يوم الإثنين هو اليوم الذي تتعطل فيه معظم السيارات وأجهزة الكمبيوتر والمعدات الأخرى. إذًا، ما الذي يحدث للواقع؟

هذا الواقع يصنعه الناس بأنفسهم عندما تتكدس طبقاتهم بعضها فوق بعض. فخلال فترة الانتكاس، يُجبر المرء على ردّ "سعر الفائدة" إلى البندول. ومع نقص الطاقة الحرة، تمتلئ الصورة الذهنية بنسبة كبيرة من المعلومات السلبية. ومن هنا ينبع ذلك الجو المشحون بالغضب، الذي لا يُنجز فيه أي عمل حقيقي على الإطلاق. وتستجيب المرآة وفقًا لذلك، فيحدث تشوّه في الواقع.

إذا تعطلت الأجهزة المنزلية فجأة في البيت، فإن هذا التشوّه الإضافي يؤدي في مكان العمل إلى عواقب وخيمة: تقع حوادث، وتتوقف الآليات عن العمل، وتضطرب المعدات التقنية. بيت القصيد هو أنه إذا كان الشخص في حالة اكتئاب أو وعي مُشوَّه، فإن طبقة عالمه تُجرف نحو المناطق الملبّدة بالغيوم في فضاء الاحتمالات. يبدو الأمر وكأن الواقع قد أصبح ضبابيًا. كل ما يحيط بنا يبقى في مكانه؛ الظروف هي ذاتها - حتى الطقس قد يكون رائعًا - ومع ذلك هناك شيء كئيب يُخيّم في الأجواء.

إذا لم تكن قد انتبهت لظلال الواقع في أيام كهذه، فحاول أن تفعل ذلك الآن. ستشعر أن العالم المادي ينظر إليك بجفاء وعداوة. لقد تغيرت نوعية طبقاته: "الأمور تسير على نحو سيئ". هذه النوعية هي ضباب مُعتِم – وله تأثير ملموس جدًا على كل شيء، بما في ذلك المعدات التقنية.

تبدأ فترة الحظ العاثر إما بشعور جسدي بـالاعتلال، نتيجة نقص في الطاقة الحرة، أو بـانفعالات سلبية، عندما لا تتحقق التوقعات. ولكي لا تسمح للمنطقة الملبدة بالغيوم أن تتسلل إلى واقعك في المستقبل، يجب عليك أولاً وقبل كل شيء زيادة طاقتك - بمجرد وصولها إلى مستوى مناسب، سيزول الشعور بالغضب. وبالطبع، يجب أن تستمر في فعل كل ما ذُكر أعلاه - أي أن تحافظ على طبقة عالمك نظيفة.

💫 وصفة تصحيح الواقع الفوري

ولكن في الوقت الراهن، إذا كنت تعاني من الاكتئاب، فأنت بحاجة أولاً وقبل كل شيء إلى تصحيح واقعك - إخراج طبقة عالمك من الضباب المعتِم إلى منطقة صافية في فضاء الاحتمالات. كيف تفعل هذا؟

هناك وصفة. وهي بسيطة، ككل الأشياء العظيمة. عندما يبكي طفل، كيف تواسيه؟ محاولة إقناعه لن تجدي نفعًا. عليك أن تقضي بعض الوقت معه، تُظهر له أنك تحبه وتتعاطف معه، وتمنحه انتباهك. إذن، عندما تشعر بالحزن، إنه الطفل الذي في داخلك يبكي. اعتنِ به. على الرغم من أن العديد منا يبدون جديين، مهيبين، باردين، إلخ، إلا أننا جميعًا، في حقيقة الأمر، ما زلنا أطفالاً.

"اصطحب نفسك في جولة على الدوّامة"، وهذا يعني أن تفعل ما تحبه أكثر من غيره. خصص وقتًا للخروج من واقعك، تسترخي خلاله ببساطة، دون التفكير في المشاكل: "عالمي وأنا ذاهبان في نزهة". تخصيص هذا الوقت يستحق العناء، لأن تنظيف طبقتك ضروري للغاية - فالكثير من الأمور يعتمد عليه. اشترِ لنفسك الحلوى المفضلة لديك: "كل يا عزيزي، ستشعر بالتحسن". كرس يومك بالكامل لنفسك، لمتعك. اعتنِ بنفسك؛ رتب فراشك الجميل والمريح بعناية: "نم يا حبيبي. عالمك سيتولى العناية بكل شيء".

هكذا تفعلها. في اليوم التالي، إذا لم تكن كسولًا جدًا لدرجة تمنعك من اتباع مبادئ المرآة، ستشعر أن الواقع المحيط يبدأ في التألق بـنغمات أكثر دفئًا وترحيبًا - طبقتك تخرج من المنطقة الضبابية.

إذا أوليت اهتمامًا دقيقًا، فسوف تندهش من مدى حقيقة كل هذا. العالم المادي الذي كان يبدو ثابتًا من قبل، سيبدأ بالتحول ببطء وحرفيًا أمام عينيك. سيتراجع الجو الكئيب، وساعة توقفت عن العمل ستبدأ في الـتكتكة مجددًا، وسينظر إليك الناس بتقدير أكبر. هذه المرآة المزدوجة العملاقة تعمل بطريقة مذهلة ببساطة. يتحرك الواقع في فضاء الاحتمالات بشكل خفي، كعقرب الدقائق في الساعة - لكنه يتحرك!

💫 إعادة تشكيل الواقع على نحو شامل

هكذا تقوم بعملية "شد الوجه" للواقع. ولكن هذا ليس كل شيء على الإطلاق. ماذا عن إعادة التشكيل الكاملة؟ تذكر كيف كان الحال عندما كنت صغيرًا - كانت كل الألوان تبدو ساطعة واحتفالية، كانت الحياة رائعة ومليئة بالأمل. لقد كنت على صواب. كان الأمر جيدًا لأن طبقتك، مثل جسمك تمامًا، كانت نظيفة ومنتعشة. كان العالم يعتني بك، على الرغم من أنك لم تكن تقدر ذلك كثيرًا؛ ولكن من ناحية أخرى، لم تكن تتذمر كثيرًا أيضًا.

ومع ذلك، ومع مرور الوقت، ازدادت الشكاوى والأشياء السلبية في صورتك الذهنية. ونتيجة لذلك، أصبحت ألوان الطبقة باهتة، وتدخل الحياة في السيناريو عندما يقول الناس: "أتذكر تلك الأيام...؟"

يُوصف هذا التأثير في الكتاب الأول عن "ترانسيرفينغ" بـتغيير الأجيال. الوقت يطير. يبدو الأمر وكأن كل شيء حدث بالأمس فقط، ومع ذلك فقد مر عليه وقت طويل. العمر له تأثيره العنيد والحتمي. تتقادم الآمال؛ يغرق العالم في الاضمحلال. فهل الحفلة تقترب حقًا من النهاية؟

لا، لا يزال بإمكانك استعادة كل شيء. والألوان القديمة، والشعور بالجدة، وبهجة الآمال. إذا التزمت بـمبادئ المرآة، فستكتشف ظاهرة رائعة: ستعود طبقة عالمك إلى نضارتها السابقة. بمجرد أن تنجح في عكس تغيير الأجيال بنفسك، ستتمكن من اختبار كيف يكون الأمر حقًا أن تتحكم في الواقع.

💫 تصحيح المرآة

لطالما ابتكر البشر على مر العصور جميع أنواع نماذج الواقع المتحكم فيه، بدءًا من رسومات الكهوف وانتهاءً بالأدوات والآليات المعقدة. كل هذه النماذج تشترك في شيء واحد - إنها تخضع لـالقصد الداخلي للناس. والقصد الداخلي، كونه نتاجًا للعقل البحت، يعمل بـخط مستقيم، وفقًا للمبدأ: "حيثما أتجه، سأذهب".

أنت قادر على إخضاع جزء الواقع الذي جعلته صفة للعبتك لإرادتك فقط. على سبيل المثال، يمكنك إخضاع جزء من نهر لسيطرتك، وتحصيل الطاقة في الصفقة. لكن النهر ككل سيظل جزءًا مستقلاً من الواقع الذي لا يمكن السيطرة عليه. يمكنك جعل حمار يتحرك بالقصد الداخلي، بتطبيق القوة المباشرة عليه. لكن إقناعه بفعل شيء لا يريده هو أمر مستحيل. يخضع الواقع المستقل فقط لـالقصد الخارجي، الذي يولد من اتحاد الروح والعقل.

لدينا طريقتان للتحكم في الواقع.

- الطريقة الأولى: هي تحويل الأشياء من حوله إلى صفات. عندئذٍ ستخضع للقصد الداخلي.
- الطريقة الثانية: هي استخدام القصد الخارجي والعيش في وحدة مع الطبيعة.

هذان هما وضعان متعارضان جوهريًا لكيفية تطور الحضارة. لقد تطور مجتمعنا وفقًا للخيار الأول - بالطريقة الأقل فعالية والتي، علاوة على ذلك، مدمِّرة لكوكبنا وللبشرية. لا يمكنك ترويض الطبيعة بأكملها، ولهذا السبب يعيش الإنسان في حالة صراع مستمر مع البيئة. في يوم يلوِّثها، وفي اليوم التالي يحاول الحفاظ عليها؛ إنه يتصرف أساسًا وفقًا للمبدأ ذاته: إنه يحاول تحويل كل شيء إلى صفة له ليُخضعه لقصده الداخلي.

الواقع غير المروَّض موجود بشكل مستقل ويتصرف كمرآة، تعكس موقف الشخص تجاه الواقع المحيط. لكن هذه المرآة غير عادية.

لنفترض أن شخصًا يحتاج للـانعكاس في مرآة العالم أن ينحرف إلى اليمين. بالعمل ضمن حدود القصد الداخلي، يحاول تحريك الانعكاس الفعلي. ونتيجة لذلك، ينشأ جهد فائض وتقوم قوى الموازنة بإعادة الانعكاس إلى الاتجاه المعاكس. العالم لا يطيع لأن المرآة قد تشوهت.

💫 أسباب تشوُّه المرآة وطريقة تصحيحها

💫 أسباب تشوّه المرآة

تتشوه مرآة العالم بسبب الاستقطاب. كما تعلم، يحدث الاستقطاب لسببين:

1. علاقات التبعية: القائمة على المقارنة، أو التباين، أو الشروط المحددة. على سبيل المثال: "أنا جيد لأنك سيئ"، أو "ستكون جيدًا، إذا اعترفت بتفوقي".
2. "إحكام البراغي": عندما يحاول شخص الضغط على الانعكاس بـقصده الداخلي، فإنه لا يصل إلى أي مكان. يعتقد أنه يجب أن يضغط أكثر قليلاً، ويستمر في التمسك برأيه بعناد أخرق.

قوى الموازنة تزيل الاستقطاب عن طريق جمع الضدين. ونتيجة لذلك، يحصل الشخص على نتيجة معاكسة تمامًا لتوجه القصد الداخلي.

💫 كيفية تصحيح المرآة

يمكنك تصحيح المرآة إذا أزلت الاستقطاب. وهذا سهل جدًا، بنفس الطريقة التي تصحح بها عجلة دراجة. تنحني العجلة في المنطقة التي تكون فيها الأسلاك مشدودة أكثر من اللازم. إذا كان العالم لا يطيع ويتصرف "بشكل معاكس"، فأنت بحاجة إلى فهم ما الذي يسبب الاستقطاب، وكيف يجب عليك إضعاف الجهد المقابل.

يساعدنا أطفال الإنديجو على فهم كيفية القيام بذلك، لأنهم حساسون جدًا للجهود الفائضة. السمات المميزة لأطفال الإنديجو هي: الوعي، الرغبة في الاستقلال، الحدس، الفردية. تتطور كل هذه السمات لدى الأطفال كرد فعل لمحاولات المحيطين بهم قمعهم في إطار بنية اجتماعية صارمة.

كل خلية في البنية، بما في ذلك الأسرة، تسعى لتنظيم سلوك الأطفال، لإخضاعهم للسيطرة. هذا ضروري إلى حد ما. ولكن ليس إلى الحد الذي يحاول فيه الناس تحويل الطفل إلى صفة للعبتهم، تحكمها قاعدة: "ستفعل ما أريده". من الواضح أن مثل هذا النهج البدائي يخلق استقطابًا. ونتيجة لذلك، يصبح الأطفال غير قابلين للسيطرة، مثل الأوراق التي جرفتها رياح قوى الموازنة.

البالغون الساخطون والأغبياء، سيفعلون كل شيء، كالمعتاد، بالطريقة التي يعرفونها؛ أي أنهم سيُحكمون براغي الانضباط. ولكن كرد فعل، إما أن يصبح الأطفال أكثر جموحًا، أو ينهارون ويصبحون صفات - عناصر في البنية "تفعل كل شيء صحيح في الحياة، ولكن لا شيء جيد لأنفسهم".

بالطبع، لا أحد يريد أن يلقى ابنه مصير المنبوذ. ولكن حياة "البرغي العادي" ليست حسدًا أيضًا. يعترف الكثيرون بأنهم في حياتهم إما "فعلوا كل شيء صحيح ولكن لم ينجح معهم شيء جيد"، أو "لم ينجح معهم شيء جيد وفعلوا كل شيء خطأ". كل والد يريد حياة مختلفة جدًا لأطفاله، ولهذا السبب يبذل جهدًا متزايدًا لدعم السلوكيات التي تحافظ على الاستقطاب، بصلف ناتج عن جهله. يختزل القصد الداخلي الكامل للوصي الجاهل في هذه العبارة الغبية: "بكل قوتي [بكل قوتي الغبية] أريد لك الخير، ولذلك ستفعل الأشياء كما أريدها أن تُفعل".

💫 حل مشكلة الاستقطاب

في هذه الأثناء، يمكن حل المشاكل المرتبطة بالتربية بفعالية إذا تخلينا عن ضيق الأفق للقصد الداخلي، وقضينا بعض الوقت في التفكير فيما كان يمكن أن يسبب التشوّه في المرآة.

أولاً، تحتاج إلى تحديد مجال القطبين المتعارضين للاستقطاب. إذا شُدَّت الأسلاك بقوة مفرطة على جانب واحد من العجلة، فيجب أن تكون أسلاك الجانب الآخر قد تراخت. إن الرغبة في الحرية وعدم القابلية للسيطرة لدى أطفال الإنديجو هي "أسلاك متراخية". فما الذي يسبب شد الأسلاك في الجانب المقابل بإفراط؟ إنه الضغط الذي يأتي من المحيطين بأطفال الإنديجو في محاولتهم إخضاعهم لإرادتهم.

💫 فكرة التناقض المحسوب

يتضح أن الأوامر تؤدي إلى فوضى أكبر. ماذا سيحدث إذا استمررت في إحكام البراغي؟ لن ترتخي الأسلاك أبدًا، ولكن في النهاية قد ينكسر شيء ما.

من الواضح أنه لتقليل الاستقطاب، عليك إرخاء الأسلاك التي شُدت بقوة مفرطة. كيف تفعل هذا؟ يجب عليك تخفيف الأوامر بجرعة من الفوضى المعقولة. هناك الكثير من الطرق للقيام بذلك: القفز على السرير، ضرب رفيقك بالوسائد أو إصدار أصوات غريبة، العناق ودفع الناس، المشي على أربع، وبشكل أساسي، ابتكار طرق أخرى للقيام بأعمال شغب.

يمكنك أيضًا أن تتربص بفرد آخر من عائلتك وتقفز عليه فجأة أو تمزح معه. على المائدة، سيكون من المفيد جدًا تلطيخ بعضكم البعض بالمربى، إذا لم تكن هناك كعكات جاهزة. أو لنفترض أنه الصيف والعائلة بأكملها تخيم في الخارج، وهناك بركة طينية بجوار البحيرة، حسنًا، إذن الحظ حليفك حقًا - أنت تعرف ما عليك فعله.

أساسًا، كلما زادت الأشياء "الغبية" من النوع "المعقول"، زاد انصياع الطفل. يجب أن يكون سبب هذه المفارقة واضحًا لك الآن.

يمكن إفساد الأوامر بالفكاهة البريطانية أيضًا، التي يُؤخذ فيها الجد إلى حد العبث. بالحديث بشكل عام، المرح، تمامًا مثل الشعور بالملل، هو حالة لروحك. لقد تحدثنا بالفعل عن أنه لا يوجد شيء اسمه ملل، بل هي مجرد حاجة أبدية للتحكم في الواقع. هذه الحاجة هي صفة متكاملة للروح.

ولكن لماذا تحتاج الروح إلى المرح؟ حسنًا، ربما لأنها تشعر بالراحة عندما تمرح. ولكن لماذا تشعر بالراحة؟ لأن الفكاهة والمرح يقللان من الأهمية. من المستحيل التحكم في الواقع عندما تكون هناك جهود فائضة تمنع طاقة القصد وتُشوّه مرآة العالم.

بعد كل شيء، إذا جعلت شخصًا ينحني للخلف وقيدته، ألن يشعر بعدم الارتياح؟ تشعر روحك بنفس النوع من الانزعاج عندما تُقمع في مِكبس الجهود الفائضة - وهي موجودة دائمًا إلى حد ما. العقل القلق دائمًا "يلوي ذراعي" الروح.

عندما يقلل المرح من التوتر، تجد الروح حريتها. ولهذا السبب تشعر بالراحة عندما تمرح - هكذا تشعر راحة الروح، وهي حقيقية مثل أي إحساس جسدي.

💫 بدائل المرح في تصحيح المرآة

ولكن من حيث المبدأ، يمكن إجراء تصحيح المرآة دون فكاهة أيضًا. إذا كانت شخصيتك غير ميّالة للمرح والمزاح الشقي، فعليك ببساطة التفكير في المكان الذي يمكنك فيه تخفيف توتر العجلة. يجب تخفيف أي إكراه، عندما يكون حتميًا، بجرعة من حرية الاختيار. على سبيل المثال، هل تريد غسل الأطباق أم الذهاب إلى السوق؟ حتى الانضباط يصبح مسألة إرادة حرة، إذا كان قائمًا على حاجة واعية.

إذا كان البالغ يملي القاعدة: "لا يمكنك، وهذا كل شيء"، ويدعم ذلك بحجة "ببساطة لأنه"، فهو ليس بالغًا على الإطلاق، بل طفل أحمق يملك القوة. ألن يكون من الأفضل مناقشة المسألة كـأنداد وترتيب الوضع وفقًا للمبدأ: "ماذا سيحدث إذا...؟"

الإكراه يشوّه المرآة، وبالتالي ينتج عنه النتيجة المعاكسة. لإزالة الاستقطاب، عليك إعادة فحص استراتيجيتك والتحول من إظهار القوة إلى كسب الاحترام، واستبدال السلطوية بـعلاقات الثقة.

بدلاً من الإكراه، سيكون الخيار المفضل بكثير هو جعل الطفل يرغب في القيام بما هو مطلوب منه. للقيام بذلك، تحتاج فقط إلى ابتكار طريقة لتحويل ما هو بالنسبة للطفل واجب ثقيل إلى طريقة لـزيادة أهميته. يكمن تأكيد وتعزيز الكرامة الشخصية في أساس دافع جميع الناس، والأطفال على وجه الخصوص. أفضل أدوات التفاعل مع الأطفال هي مبادئ الفريلينغ، التي تم تحديدها في كتاب "ترانسيرفينغ الواقع 3".

💫 تنمية الحدس في التعليم

يُعد الميل إلى الحدس سمة أخرى يجب تطويرها بكل طريقة ممكنة. لدى أطفال الإنديجو، يلعب نصف الكرة المخية الأيمن الدور المهيمن. يستخدم نظامنا التعليمي نهج "نصف الكرة الأيسر"، لأن هدفه أبعد ما يكون عن تطوير المواهب والقدرات. يُجبر النظام الأطفال على دراسة الواجبات والحفاظ على الأداء دون فشل. قصدهم لا يتجه نحو الحصول على المعرفة، بل نحو الأداء الصحيح.

يستخدم هذا النهج بشكل أساسي نصف الكرة الأيسر، وحتى ذلك بطريقة سلبية. الرغبة في ملء رأسك بالمعلومات تنتج رد فعل لا لبس فيه: "أنا لا أريد!" المعرفة المكتسبة بهذه الطريقة عديمة الفائدة؛ لا يمكنها أن تظل خاملة في الذاكرة إلا لفترة قصيرة من الزمن، كبضاعة في مستودع، وتصبح غير مجدية بسرعة كبيرة - تُنسى المعلومات.

في هذه الأثناء، من السهل جدًا تغيير الوضع في التعليم. للقيام بذلك، ما عليك سوى نقل قصد المعلم إلى الاتجاه المعاكس.

- أولاً: تحتاج إلى تغيير منهجية التدريس بالكامل: لا تعلم عن ظهر قلب، بل ضع ما تعلمته موضع التطبيق. في هذه الحالة، سيعمل الدماغ بالطريقة المفترضة - بصفته قادرًا على الإبداع، وليس مستودعًا.
- ثانيًا: تغيير هدف التعليم: ليس الأداء، بل التدريس للآخرين. نعم، هكذا بالضبط. هناك مدارس خاصة حيث يقوم الأطفال حرفيًا بتدريس بعضهم البعض؛ أي يتناوبون على أن يكونوا طلابًا ومعلمين. يتقن الطلاب في مثل هذه المدارس البرامج المعقدة ببراعة في وقت قياسي - وكل هذا يرجع إلى قصد أكثر نشاطًا.

بالمناسبة، هناك عدد قليل فقط من هذه المدارس وهواة صعبون. قد تظن، أليس كذلك، أنه سيكون من الرائع إدخال هذا الأسلوب التقدمي في كل مكان، بالنظر إلى أنه أثبت فعاليته بنسبة مائة بالمائة. لكن لا يمكن فعل ذلك، مهما حدث!

القضية هي أن هذا سيكون أمرًا سيئًا بالنسبة للبنية - فهي لا تحتاج إلى مواهب، أناس عظماء، شخصيات جذابة؛ إنها تحتاج إلى عناصر تعمل بجد. لذا كل شيء على ما يرام - نظام التعليم مثالي بكل بساطة! إنه يعد عناصر مجتهدة ويفعل ذلك بالطريقة التي تتطلبها البنية - عالم البندول.

ولكن كما يحدث، يمكن أن تنمو الأشجار حتى في الصخور، وحتى عندما يُحافظ عليهم في مكبس النظام العام، يصبح الأطفال أحيانًا عباقرة. إذا كنت تريد أن يصبح طفلك استثناءً مميزًا كهذا، فاضغط عليه بجميع الوسائل التي يفضلها النظام. وإذا كنت ترغب حقًا في الخير لأطفالك، ففي كل مرة تتعامل معهم، انتبه دائمًا إلى مستوى الاستقطاب الذي يشوه المرآة ويجعل الطفل غير قابل للسيطرة.

يتمتع أطفال الإنديجو (ومعظم أطفال اليوم كذلك) بصفات رائعة، أهمها الفردية. في عالم البندولات، يجد الأطفال صعوبة بالغة في الحفاظ على هذه الصفة في أنفسهم. لذلك، يجب أن تتذكر دائمًا القاعدة الرئيسية للـ "ترانسيرفينغ": "اسمح لنفسك بأن تكون أنت، واسمح للآخرين بأن يكونوا مختلفين".

لكن لا يجب أن ترخي الأسلاك كثيرًا أيضًا. يجب أن تتم جميع الأشياء باعتدال. إذن كيف تجد الوسط العادل؟

💫 **التحول إلى صانع الواقع**

💫 **أدوات صانع الواقع**

عليك أن تراقب، وتستخدم عقلك، وتستخدم مبدأ تصحيح المرآة، بدلاً من التمسك برأيك بعناد. إنه في وسعك مساعدة أطفالك ليصبحوا أناسًا عظماء. أما بالنسبة للبنية، فسيكونون قادرين تمامًا على التكيف معها بمفردهم.

حتى الآن تحدثنا عن كيفية تحويل حياتك إلى حلم يقظ، وطبقة عالمك إلى مكان صغير مريح. على الرغم من أن لمبادئ المرآة تأثيرًا ملموسًا على الواقع، إلا أن التأثير لا يزال لطيفًا نوعًا ما. الآن ستتعرف على أساليب أكثر قوة.

💫 شريحة الهدف

الأداة الرئيسية للـ "ترانسيرفينغ" هي شريحة الهدف - أي تصوّر صورة يكون فيها الهدف قد تحقق بالفعل. لن أكرر ما تم وصفه بالتفصيل في الكتاب الأول. سأذكرك فقط بالجوانب الرئيسية:

- لا يمكنك رؤية الشريحة كفيلم خارجي. يجب أن تكون داخل الأحداث المتصورة: ما الذي تفعله عندما يتحقق الهدف، ما الذي تختبره، كيف تشعر، ما الذي يمكنك رؤيته وماذا يحدث من حولك.
- عندما تكون في منتصف الشريحة، فأنت تتصور أن لديك كل ما تسعى إليه. ليست تقنية؛ لا توجد قواعد صارمة. افعل الأشياء بأفضل ما لديك. هناك مبدأ واحد فقط: أنت تقف أمام مرآة العالم وتشكّل في عقلك ما ترغب في الحصول عليه في الواقع.

شريحة الهدف تحدد متجه تيار الاحتمالات. إذا واصلت وضع الشريحة في رأسك بانتظام، فإن تيار الأحداث والظروف سيتجه نحو الهدف. في بداية الطريق، لا تحتاج إلى خطة محددة جيدًا ومعرفة كيفية تحقيقها. يجب ألا تفكر في الوسائل. في الوقت المناسب، ستفتح الأبواب المناسبة - مسارات وفرص محددة - وسترى ذلك. يجب ألا تضع شروطًا صارمة تحدد طريقة تحقيق الهدف. مهمتك هي التركيز على النتيجة النهائية.

💫 تصور العملية

بصرف النظر عن شريحة الهدف، هناك أيضًا تصور العملية؛ وقد وُصف هذا أيضًا في الكتاب الأول. عندما تكون في طريقك إلى هدفك، أي عندما تعرف بالفعل كيف يجب تحقيقه، وتقوم بكل ما هو ضروري في العالم المادي، يمكنك تسريع العملية عن طريق تصورها. المبدأ هنا هو: أنا أحقق تقدمًا كبيرًا؛ أنا أفعل كل شيء بشكل أفضل من ذي قبل، وغدًا سيكون أفضل من اليوم. يمكنك القول إن هذا يعمل كمجذاف في تيار الاحتمالات. لكن الشيء المهم لا يزال هو اتجاه تيار الاحتمالات. إذا حافظت على شريحة الهدف في ذهنك، فإن كل الظروف تعمل على تحقيق هذا الهدف، حتى لو لم يبدو الأمر كذلك.

يمكنك تمرير الشريحة بقدر ما تريد وكلما أردت. ولكن عليك القيام بذلك لمدة نصف ساعة على الأقل كل يوم، إذا كنت تنوي حقًا تحقيق هدفك.

💫 تقنيات تعزيز التصور

هناك عدد قليل من التقنيات المحددة، التي تعمل على تعزيز تأثير التصور:

💫 1. تدفقات الطاقة)

يتم تجسيد قطاع في فضاء الاحتمالات عن طريق الطاقة التي، عندما تمر عبر جسم الإنسان، تُعدّل بأفكار الشخص وتتحول إلى طاقة القصد. كلما زادت قوة الانبعاث، زاد التأثير. يمكنك تضخيم القوة إذا ركزت انتباهك على تدفقات الطاقة. للقيام بذلك، تخيل أنه من منتصف جسمك، في منطقة بطنك أو الضفيرة الشمسية، يخرج سهمان متعاكسان بطول نصف متر. قم بتدوير هذين السهمين ذهنيًا في نفس الوقت، بحيث يشير السهم الأمامي إلى الأعلى، والسهم الخلفي يشير إلى الأسفل.

هذه "اللفّة المفتاحية" تنشط التدفقات الصاعدة والنازلة. تخيل، دون أن تجهد نفسك كثيرًا، أن التدفقات تتدفق على طول عمودك الفقري، في اتجاهين متعاكسين وتغادر جسمك - أحدهما يتجه صعودًا نحو السماء، والآخر يتجه هبوطًا نحو الأرض.

بعد تثبيت جزء من انتباهك على التدفقات، أطلق الشريحة ومررها حسب إرادتك. من الأفضل القيام بذلك أثناء المشي، في مكان لا يوجد فيه الكثير من الناس.

💫 2. الإطار

تخيل ما ستستمتع بفعله عندما يتحقق هدفك. أي، ما الذي يشكل جزءًا لا يتجزأ من شريحة الهدف؟ ما هي صفتها التي لا غنى عنها؟ على سبيل المثال، أنت جالس على كرسي هزاز بجوار المدفأة، أو أنت خلف دفة يختك، أو تزرع الورود في حديقة منزلك، أو تتصافح مع شركاء العمل بعد إبرام صفقة جيدة - أي جزء مميز من الشريحة. مرر هذه الصورة في ذهنك عدة مرات. يجب أن تخلق انطباعًا متكاملاً - قالبًا فوريًا للشريحة، يحتوي على صورة الـ**"فلاش"** والإحساس المصاحب. هذا هو الإطار. لتسهيل الأمر، يمكنك إعطاؤه عنوانًا قصيرًا. الآن، بين الحين والآخر، قم بتشغيله في ذاكرتك لمدة ثانية، كما لو كنت تُشعل ضوءًا. افعل هذا كلما شعرت بالرغبة، مرة أخرى دون إجهاد. الإطار هو خيط آخر يربطك بقطاع الهدف في فضاء الاحتمالات.

💫 3. الموجة الانفجارية

يمكن تضخيم فعالية الإطار بمساعدة ما يسمى الموجة الانفجارية. في ذهنك، شكّل إطارًا أو مجرد صورة تود أن تتجسد في الواقع. بعد ذلك مباشرة، تخيل كرة تبتعد عنك في جميع الاتجاهات، كما لو أن غشاء طاقتك قد انفجر. تمتد الموجة الانفجارية بقدر ما يمكنك أن تتخيل. يمكنك القيام بذلك عدة مرات، حتى تشعر بالاكتفاء. ماذا يحدث في هذه الأثناء؟ أنت تخلق صورة ذهنية وترسلها إلى العالم من حولك. يمكنك أن تكون متأكدًا من أن فكرك لن يختفي دون أثر. تحتاج فقط إلى الأخذ في الاعتبار أن المرآة تعمل بتأخير.

💫 4. المجال

قد لا تكون قادرًا أبدًا على الشعور بـغشاء طاقتك ولا يمكنك الشعور بتمدده بينما يخضع لخيالك. هذا لأنك تستخدم القصد الداخلي. لذا، تخيل الآن من حولك كرة لا تخصك. تخيل الكرة وهي تجذبك. تشعر بشيء خارجي عنك يحاول شد جسمك. في مكان ما داخل دائرة نصف قطرها من 5 إلى 7 أمتار يوجد الحد غير المرئي. حاول مده وعصره قليلاً - سيظهر مقاومة مرنة.

الآن أصبحت قادرًا على الشعور بالكرة بشكل أوضح. هذا هو الخط الذي يربطك بالعالم الخارجي. الجزء الداخلي من الكرة يخصك، والجزء الخارجي - الخارجي - لا يخصك. وفي الوقت نفسه، تخصك الكرة بقدر ما تشعر بأنها تجذبك. لقد أعيد توجيه القصد: لم تعد البداية النشطة داخل نفسك، بل خارجك.

على سبيل التشبيه: إذا حاولت التلاعب بشيء ما بـالقصد الداخلي، على سبيل المثال، تحريك قلم رصاص بقوة إرادتك، فلن تصل إلى أي مكان. حاول الآن أن تتخيل أن القلم يجذبك إليه بـخيوط غير مرئية. باستخدام رابط الاتصال هذا، ستكون قادرًا على تحريكه بنفسك. بالطريقة نفسها، إذا سعيت للارتقاء في الهواء، فلن تنفصل أبدًا عن الأرض. تخيل العكس - أن العالم من حولك يرفعك في الهواء. قد تكون قادرًا على رؤية بعض التقدم، إذا نجحت في تحويل القصد الداخلي إلى قصد خارجي. الفكرة هي عبور الخط حيث تتحول رغبتك في "إجبار العالم على الخضوع" إلى "دع العالم يفعل ذلك بنفسه".

كل هذا صعب للغاية. لكننا لا نحتاجه حقًا لأغراضنا. يكفي حتى مجرد الشعور بوجود غشاء خارجي. التقط هذا الإحساس؛ ثبت جزءًا من انتباهك عليه وابدأ في تمرير شريحة الهدف مرارًا وتكرارًا. ستعمل الكرة كنوع من الهوائي لنقل الطاقة الذهنية، مما سيعزز تأثير الشريحة بشكل كبير.

💫 5. تخفيف الديكورات

حاول اختزال جميع أنواع الأفكار التي تظهر في رأسك إلى قاسم مشترك لهدفك. الأفكار، حتى الإرادية منها، عادة ما تصطف في خيط منطقي، ملتصقة ببعضها البعض. اختتم السلسلة المنطقية بـجزء من شريحة الهدف. من وقت لآخر، تذكر ببساطة ما تسعى إليه في نهاية المطاف. بصرف النظر عما تفكر فيه أو تفعله في لحظة معينة، أعد انتباهك إلى الهدف. دع الشريحة تصبح صورة خلفية - يجب أن ترى كل حدث، كل قطعة من المعلومات من خلال منظور صورة الخلفية. سيمكنك هذا من تشكيل طبقة عالمك بفعالية أكبر، وسيتجسد قصدك في الواقع.

يمكن أيضًا تعديل البيئة المحيطة وفقًا لما ينتظرك في الهدف. لنفترض أنك تسير في الحديقة وتمرر شريحة الهدف في رأسك. انظر إلى العشب والأشجار من حولك من خلال منشور هذه الشريحة. ستشعر أن الصورة تتحول - الديكورات تكتسب ظلالاً جديدة. قد يكون لديك شعور بأنك بالفعل موجود تقريبًا في حديقتك. يظهر هذا التأثير نتيجة لتطبيق الشريحة على البيئة المحيطة. يتم تثبيت جزء من انتباهك على قطاع في فضاء الاحتمالات، حيث توجد حديقتك المستقبلية، بينما تنظر عيناك إلى الواقع المادي. ما يحدث هو نوع من تحويل الواقع الحالي نحو قطاع هدفك. في مثل هذه اللحظات، يحدث تجسيد صورة أفكارك بشكل أكثر كثافة.

تذكر أيضًا الوقت الذي كنت فيه طفلاً، كم كانت الحياة سهلة ومريحة؛ كان العالم يعتني بك. لم تكن واعيًا بذلك حينها. كنت تشعر بالراحة وهذا كل شيء. ولكن مع مرور الوقت بدأت تتصرف وتفكر بـاستياء، مما جعل العالم باردًا تجاهك.

بماذا ارتبط شعور الهدوء والراحة في طفولتك؟ يمكن أن يصبح هذا الارتباط هو المفتاح لتحويل الديكور، حيث تشعر بالراحة والأمان. تذكر مرارًا وتكرارًا هذا الجو الأصلي المريح والخالي من الهموم، وسوف يصبح عالمك تدريجيًا ودودًا ومريحًا مرة أخرى.

💫 6. دمج الهدف

والآن التقنية الأخيرة، خاصة لـالكسالى: دمج الهدف. المتطلب الرئيسي للتصور الناجح هو أنه لا يجب عليك إجبار نفسك على القيام به. إذا مررت شريحة الهدف في رأسك ولا يمكنك أن تستمتع بها ببساطة، ولكن بدلاً من ذلك عليك دفع نفسك للقيام بذلك، فسيظهر جهد فائض. ونتيجة لذلك، ستقلل قوى الموازنة جميع جهودك إلى الصفر. في هذه الحالة، من الأفضل لك التخلي عن هذا الالتزام القمعي ووضع العمل على عاتق عالمك. اطلب من العالم أن يحملك "بين ذراعيه"، دعه يرى بنفسه أن اختيارك قد تم.

ضع نفسك في الموقف التالي: سيتم كل شيء تلقائيًا لوحده، دون أن ألاحظ. بإعلان هذا القصد، فإنك تقوم بـتثبيت برنـامج لعالمك، ووفقًا له ستتطور الأحداث تلقائيًا بطريقة تقربك من هدفك. بهذه الطريقة، ما يحدث هو أنك تتخلى عن قبضتك وتترك القصد الخارجي يحقق هدفك. الآن يمكنك الاسترخاء والاستمتاع مع ذلك بمتعة مجرد الاستمتاع بـشريحة الهدف. لم يعد مطلوبًا منك العمل عليها - هذه هي مهمة عالمك! بينما أنت جالس "بين ذراعي" العالم، فقط لا تنسَ من وقت لآخر الاستمرار في تذكير العالم بما تتوقع الحصول عليه منه. وبالطبع، لا تضع رأسك في الغيوم، بل افعل كل الأشياء الضرورية على المستوى المادي لتحقيق الهدف.

💫 **تثبيت القصد والانتظام**

💫 **أهمية تثبيت القصد**

بصرف النظر عن التقنية التي تستخدمها، تذكر دائمًا أنك لا تعلن عن رغبة، بل تعبر عن قصد راسخ وترى الهدف كنهاية حتمية. إذا لم تستطع أن تقول "لقد حصلت عليه"، فقل على الأقل: "أنا أخطط للحصول عليه". لكي تنوي حقًا وبصدق الحصول على طلبك، عليك القيام بشيء محدد يؤكد جدية قصدك. على سبيل المثال، إذا كنت ترغب بمجرد الرغبة في الاستيقاظ في وقت معين في الصباح، فقد تعود للنوم. ولكن إذا قمت بضبط المنبه، فمن المحتمل أن تكون مستيقظًا قبل دقيقتين من انطلاق المنبه.

الفكرة هي تثبيت قصدك. أنت تفعل ذلك في كل مرة "تطرق فيها على الخشب" أو تبصق على كتفك الأيسر. أي خرافة تتضمن القيام بطقس ما تستند إلى هذا المبدأ. على سبيل المثال، لاصطياد طائر السعادة الخجول، استخدم الناس في العصور القديمة البرسيم لمساعدتهم. عندما يحالف شخصًا الحظ، كان عليه أن يمسك شيئًا عليه صورة برسيم، وفي لحظة الخطر كان عليه أن يفعل الشيء نفسه. كان البرسيم يعتبر أداة توفر الحماية من قوى الشر.

الأمر ليس أن شيئًا معينًا يمتلك خصائص فريدة ولهذا السبب هو قادر على العمل كتميمة. تكمن القوة السحرية لأي شيء في الطريقة التي يفكر بها الشخص في هذا الشيء. إذا غُرست في شخص ما قناعة بأن تميمة أو طقسًا قادر على فعل السحر، فإنه بذلك يثبت قصده. يمكنك في الواقع العثور على نوع من "المسمار" تعلق عليه قصدك بالكامل بشكل مريح. ولكن هذا، كما يقول الناس، ليس للجميع.

لست مضطرًا للجوء إلى الطقوس السحرية، بل يجب عليك اتخاذ خطوات محددة، تشهد على حقيقة أنك جدي في رؤية هذا الإنجاز. على سبيل المثال، إذا كنت تريد امتلاك منزلك الخاص، تصرّف وكأنك على وشك الانتقال: انظر إلى الإعلانات والكتالوجات، واختر الأثاث ومستلزمات المنزل في المتاجر، واهتم بكل ما يتعلق بالانتقال إلى منزل جديد، الآن، في هذه اللحظة بالذات. تثبيت القصد أداة فعالة للغاية.

💫 الاعتدال والمرونة في التطبيق

حقيقة أن هناك مجموعة كبيرة من الطرق المختلفة لتعزيز الشريحة لا تعني أن بعضها أكثر فعالية والبعض الآخر أقل. يمكنك استخدام تقنيات متعددة أو اختيار واحدة فقط. معيار اختيارك: التقنية المفضلة لديك شخصيًا هي التقنية التي تحبها أكثر وتعتقد أنك ستكون أفضل معها.

عند تطبيق هذه التقنيات عمليًا، لا يمكنك الذهاب إلى أقصى الحدود، فتظهر إما اجتهادًا مفرطًا أو إهمالًا. توصي إجراءات معينة بالقيام بالتصور بقوة وشغف كاملين؛ ويقترح البعض الآخر صياغة فكرك وإرساله ليطير بحرية، حتى عدم التفكير فيه بعد ذلك، حتى لا تعيق تحقيق الطلب. كما تعلم، أفضل طريقة هي الوسط العادل. ولكي لا تضطر إلى البحث في عقلك عن موقعه، اجعل المبدأ التالي قاعدة: الطريقة التي تنجح معي، هي الطريقة التي يجب أن أفعلها بها.

أنت قادر تمامًا على تطوير تقنيتك الخاصة وتطبيقها بنجاح على حياتك. المهم هو أن تتفق روحك وعقلك على أنك تفعل الشيء الصحيح. أنت تشكل واقعك كانعكاس في المرآة. أنت تقرر كيف يجب أن تقف أمام المرآة. اصنع طبقة عالمك بالطريقة التي تناسبك. ماذا أعني بهذا؟

يجب ألا تشعر بعدم الارتياح العقلي عندما تقوم بالتصور. لن يظهر القصد الخارجي إلا في وحدة الروح والعقل. لا يمكن تحقيق هذه الوحدة إذا كنت مجبرًا على القيام بالعمل الضروري. لن تصل إلى أي مكان بهذه الطريقة، وستضيع الوقت ببساطة.

يجب أن تتصور شريحة الهدف بالطريقة التي تناسبك تمامًا، بالطريقة التي تشعر فيها بالرضا والراحة، مع قيد واحد فقط: لا ترَ الشريحة من الخارج، كما لو كنت تشاهد لوحة؛ بل عشها، على الأقل افتراضيًا. تخيل نفسك داخل الشريحة، وليس خارجها. يمكنك فعل كل شيء آخر كما تفضل.

الشيء الوحيد الذي يجب ألا تفعله هو بذل جهد كبير في ذلك. فقط بانتظام، من وقت لآخر، امنح نفسك متعة التفكير في هدفك، كما لو كان قد تحقق بالفعل. بعد كل شيء، يحب الناس التفكير في جميع أنواع عواقب النجاح. لذا انطلق وامنح نفسك تلك المتعة. لا تحول هذه المهمة إلى التزام. بالتفكير في أشياء ممتعة، فإنك تقترب حتمًا من هدفك. ومعرفة أنك تقترب من هدفك، تمنحك متعة. يمكنك التأكد من أنه إذا نجحت في خلق هذه "الحلقة السعيدة المغلقة"، فسيتم تحقيق الهدف حتمًا.

💫 خلاصة: أهمية الانتظام

الانتظام هو المتطلب الرئيسي للنجاح. قد تعتقد أن هذا ببساطة غير وارد، أنه بهذه الطريقة فقط، بأفكارك الخاصة، أنت قادر على تشكيل واقعك. ولكن هل حاولت يومًا، لمدة شهر، توجيه أفكارك بانتظام نحو هدف واحد؟ ربما لا. أنت معتاد على ترك أفكارك تنجرف. تصبح منتشرة في شكل كتلة بلا شكل في الفضاء؛ ولهذا السبب لا يمكنك رؤية أي نتيجة ملموسة. فقط أسوأ التوقعات، أي الأشياء التي تقلقك وبالتالي تستحوذ على كل أفكارك، هي التي تتحقق بالفعل.

تصور هذا الموقف العبثي: لقد غرست شجرة تفاح وتتوقع بجدية أن تثمر تفاحًا في هذه اللحظة بالذات. ولكن نظرًا لعدم حدوث ذلك، تفقد صبرك وتنصرف، ملوحًا بيديك نحو الشجرة تلوحًا يدل على نفاذ الصبر. طوال الوقت، تتمنى شجرة التفاح أن تصرخ: "لِمَ لا تنتظر فحسب، أيها اللعين؟!"

الأمر ذاته ينطبق على الهدف الذي ترسمه. لا يمكن تشكيل الحقيقة بمجرد رغبة واحدة.

لديك الآن جميع التقنيات الأساسية التي تمكنك من التأثير المباشر في الواقع. إذا مارستها، ستكتشف ظاهرة مثيرة للاهتمام. لنفترض أنك اليوم انغمست بحماس وشدة في التصور الذهني. في اليوم التالي، ستلاحظ أن شيئًا غريبًا يحدث للواقع. على سبيل المثال، قد ترى خلال اليوم عدة أشخاص بمظاهر غير عادية ــــ إما طوال القامة بشكل مبالغ فيه، أو يرتدون ملابس غريبة، أو قبيحون. وقد يسترعي انتباهك أيضًا التهيج غير المبرر لدى الناس، حيث تندلع النزاعات من لا شيء. أو قد يحدث شيء نادر، كأنه مقتطف من حلم.

لهذه الظواهر التفسير التالي: إن طبقة عالمك في حالتها الطبيعية تتحرك في الفضاء مع تيار المتغيرات، أي في التدفق الذي يتطلب أقل قدر من الطاقة. في حين أن التصور المكثف يوجه هذا التدفق نحو الاستقامة، ويدفعه نحو الهدف بأقصر الطرق. إن حزمة الطاقة الضيقة لأفكارك تقتطع واقعك الخاص إلى المناطق البينية في فضاء المتغيرات، تلك المناطق التي يتم استبعادها من التيار المعتاد، والتي لا يكون فيها كل شيء أمثل وعقلاني. هذه هي مناطق العبور، التي تراها غالبًا في الأحلام، ولكن نادرًا ما تتجلى في الواقع لأنها تحمل سيناريوهات وديكورات غير طبيعية، وتتطلب تكاليف طاقة أعلى.

إن طاقة أفكارك تؤثر في الواقع بقوة، وهذا الأخير يتشوه، تمامًا مثل سطح الماء تحت تأثير اضطراب ما. أنت ترى الأمواج على سطح الماء كظاهرة طبيعية جدًا. ولكنك الآن على وشك رؤية شيء مدهش: أمواج في الواقع. كل هذا يعني أن الظاهرة الشاذة التي لاحظتها ليست صدفة: لا تظن أن تهيج الناس في مثل هذه الأيام يعود إلى العواصف المغناطيسية، أو أن أشخاصًا بمظاهر غريبة صادف أن يسيروا في الشارع بين الحين والآخر. إن الواقع غير العادي يقتحم طبقة عالمك عندما تمر عبر مناطق العبور. وتظهر هذه الأمواج مباشرة بعد الممارسة المكثفة للتصور الذهني. ستفهم ما أعنيه بمجرد أن تراه بنفسك. إنه أمر مذهل حقًا.

بهذه الطريقة، يمكنك التلاعب بالواقع بتطبيق القوة بدرجات متفاوتة، اعتمادًا على التقنية المستخدمة. بشكل أساسي، لجعل طبقة عالمك زاوية مريحة، فإن التوحيد وحده كافٍ تمامًا. ولكن إذا قمت بتفعيل نية المُنشئ بالتزامن مع التقنيات المذكورة أعلاه، يمكنك تحقيق ما هو أكثر من ذلك بكثير.

للمقارنة، تخيل مشهدًا يلتقي فيه طفلان: أحدهما يُدفع في عربة عبر عالمه؛ والآخر يسير بمفرده، يدًا بيد مع عالمه. الأول، كما هو شائع بين الأطفال، يؤكد بفخر: **"**عالمي يعتني بي**!"** فيرد الطفل الآخر: **"**عالمي وأنا سنحصل لي على لعبة**!"** هل ترى الفرق؟

وهناك أمر أخير أود أن أذكره. في أحد الأيام، تلقيت رسالة من قارئة، لخصت فيها عن غير قصد الفكرة الرئيسية للممارسة:

- "أنا حقًا لا أفهم تقنية الترانسيرفينج، ولكن منذ ذلك الحين غيرت نظرتي للحياة، وأصبح لدي شعور ثابت بأن كل شيء يسير على ما يرام، ولن يزداد إلا تحسنًا. كل شيء سينتهي به الأمر إلى الكمال."

يمكنك أن تنسى التقنيات بجميع أنواعها، ولكن إذا تمكنت من الحفاظ على هذا الشعور المتكامل بداخلك، فسيكون ذلك كافيًا. إن تكامل النية بالصيغة: **"**أنا أبلي بلاءً حسنًا والأمور تسير وفق الخطة**"**، يخلق صورة عامة للنجاح، وهي ما ينعكس على الواقع.

وبالتالي، فإن قدراتك لا يحدها سوى نيتك. اصنع واقعك**!**

تنسيق الحُلم

منذ بداية حياته، يجد كل شخص نفسه في وضع معين: "لقد ولدت في فقر ولن أتمكن من الخروج منه"؛ "أنا مُلزم بالتدبير بما هو متاح لي"؛ "يجب أن أفعل ما يفترض بي أن أفعله". هذا الموقف يُنومك مغناطيسيًا ويأسرك، فتقع تحت سيطرة حلم تراه وأنت مستيقظ، باستثناء أن الحلم يحدث لك فعليًا. وبينما تحلم بهذا الموقف، فإن الموقف يثبت نفسه أكثر فأكثر في مرآة العالم. وبهذه الطريقة، فأنت لست تحت سيطرة واقعك فحسب، بل تحافظ عليه في الوقت ذاته كما هو. الفقير يزداد فقرًا، بينما الغني يزداد ثراءً.

هل تتذكر أنني تحدثت في الفصل السابق عن وهم المرآة المزدوجة؟ إن تثبيت الانتباه على الانعكاس هو ما يحول حياتك إلى حلم لا واعي، حيث تكون تحت رحمة الظروف بالكامل. يسيطر عليك الواقع طالما كنت مسحورًا، تراقب بقلق الأحداث التي تتكشف في المرآة. بالطريقة نفسها، يغرق انتباهك في فيلم على الشاشة؛ ولكن في الحياة، يكون هذا الغوص أعمق بكثير. أنت منوم مغناطيسيًا بالانعكاس – إنه يشدك حرفيًا إلى دائرة المرآة. كيف تجعل وجودك ينتقل من حلم لا واعي إلى حلم واعي يمكنك التحكم فيه؟ تحتاج إلى فهم شيء واحد: في هذا العالم، هناك أنت وهناك المرآة. طالما أن انتباهك منصب على الانعكاس، فإنك تظل داخل المرآة. كل ما يحدث في المرآة يحدث بمعزل عنك. حياتك أشبه بلعبة حاسوب، لا تضع فيها أنت القواعد. بالطبع، يُسمح لك ببعض المحاولات للتأثير على ما يحدث في المرآة. ولكن ينقصك الشيء الأساسي: ليس لديك خيار مغادرة اللعبة.

في هذه الأثناء، هناك شيء واحد فقط يجعلك محبوسًا: انتباهك. يمكنك الخروج من المرآة. داخل المرآة هو الحلم اللاواعي؛ خارجها هو الحلم الواعي. الواقع هو نفسه على كلا الجانبين – إنها في النهاية مرآة مزدوجة. ولكن هناك، في أرض المرآة، لست أنت من يتحكم في الواقع – بل هو يتحكم فيك. هناك تقع تحت سيطرة وهم أنك تستطيع تغيير الانعكاس بلمسه بيديك. لكن مثل هذا الأمر ممكن فقط من هذا الجانب، حيث تتحول النية الداخلية إلى نية خارجية. للخروج، تحتاج إلى تحويل انتباهك من الانعكاس إلى الصورة. بمجرد أن تدرك أنك تقف أمام مرآة، ستحصل على القدرة على تشكيل الواقع من خلال صورة أفكارك.

بعد أن تحررت من الوهم، يجب عليك، وفقًا للمبدأ الخامس، إعادة توجيه مسار أفكارك: من "لا أريد" إلى "ماذا أريد"، من "لا يعجبني" إلى "ماذا يعجبني"، من المرض إلى الصحة، من الوسائل إلى الهدف النهائي. إذا راقبت لفترة من الوقت، ستلاحظ أنه أينما ذهبت، عليك أن تقبل الظروف وتخضع لأشياء تبدو لك حتمية. لقد اعتدت على إدراك الحلم بسلبية، كما هو. في أحسن الأحوال، تحاول تحمل الأحداث، والحفاظ على سيناريوك، ومكافحة تيار المتغيرات. بينما كل ما تحتاجه هو تغيير موقفك – أي صورتك أمام المرآة. بمجرد أن تتوقف عن كونك سجينًا للعبة، ستبدأ هذه الأخيرة في التكشف خارجك ووفقًا لإرادتك. فمن بيدق، ستصبح من يرمي النرد.

ولكن الآن تدخل قاعدة جديدة حيز التنفيذ: إذا واجهت ما تظنه مزيجًا سيئًا من الظروف، فاقبله وأعلنه حظًا سعيدًا. يجب أن تلتزم بهذه القاعدة إذا كنت لا تريد أن تجد نفسك داخل المرآة مرة أخرى. لا يكفي إعادة توجيه مسار أفكارك – بل يجب عليك أيضًا تغيير تحكم عقلك من تطوير السيناريو إلى تصحيحه الديناميكي. ستظل سيد عالمك طالما التزمت بالمبدأين السادس والسابع للمرآة.

عادة، يقاوم العقل إذا كان الحدث القادم لا يتناسب مع أفكاره. الآن يجب أن يكون كل شيء على العكس. في كل مرة يُظهر فيها عقلك استياءه من سيناريو غير متوقع، تحتاج إلى الاستيقاظ وقبول التغيير بسهولة: "كل شيء يسير وفق الخطة."

يجد العقل أنه من المستحيل التعود على فكرة أنه في بداية الطريق، حيث لا يُعرف شيء، لا داعي للقلق بشأن الوسائل. إنه دائمًا ما يجد نفسه يفكر في كيف يمكن تحقيق الهدف، ويمر بكل أنواع البدائل السلبية. في مثل هذه اللحظات، تتمنى حقًا أن تقول لعقلك: "افهم هذا يا غبي، إنها ليست مشكلتك! مهمتك هي تثبيت انتباهي على الهدف النهائي!"

يُعيق الناس تحقيق خططهم. عندما يصيغون رغبة، يحاول العقل دائمًا رسم خطة مسبقًا لكيفية تطور الأحداث – هذه هي الطريقة التي يعمل بها التفكير البشري. وعندما لا تتطابق الأحداث القادمة مع السيناريو، ينتابك انطباع بأن الأمور لا تسير على ما يرام. في الواقع، كل شيء يسير وفق الخطة! ولكن نظرًا لأن العقل البشري اعتاد التفكير بالقوالب الجاهزة، ولا يريد إدخال تغييرات على سيناريوه، يبدأ الناس في التصرف بطريقة تدمر كل شيء.

تلك هي المفارقة الكاملة. لا يمكن لأحد أن يعرف على وجه اليقين كيف يجب أن تتطور الأحداث لكي يتحقق الطلب. ولكن إذا أصر الشخص، رغم ذلك، على أنه يعرف، فعندئذ، ونتيجة لذلك، لن تنجح الأمور بالتأكيد. تبدو رغباتك صعبة المنال لأنك تحت سيطرة القوالب النمطية ولا تسمح ببساطة لهذه الرغبات أن تتحقق. أبوابك مغلقة بأقفال الأنماط الجامدة.

شَكِّل الصورة المرغوبة في أفكارك – أي هدفك – ثم حرك قدميك ببساطة في اتجاهها. بغض النظر عما يحدث، فكل شيء يحدث لتلبية طلبك. اتخذ نية المُنشئ لنفسك: "كل شيء يسير وفق الخطة، لأنني قررت أن يكون كذلك. في عالمي، أتخذ القرار الذي أريده. لم أعد تحت سيطرة الظروف، لكني لا أحاول التحكم فيها أيضًا." عندما أمرر شريحة الهدف في أفكاري، فأنا لا أشكل الظروف، بل الصورة النهائية للعالم الذي أسعى للعيش فيه. إن محاولة التأثير على الأحداث هي عمل النية الداخلية للعقل الذي يحاول التمسك بسيناريوه. لا يمكن للعقل أن يعرف ما ينتظره في الطريق إلى الهدف. تتشكل الظروف بواسطة النية الخارجية وتيار المتغيرات. مهمتي هي تحديد متجه التيار، أما المسار الذي سيسلكه التدفق فلا يعنيني.

تخيل: تستيقظ يومًا ما في حلم المرآة الخاص بك. يحدث شيء ما حولك. الأحداث والديكورات عادية، لكنك ترى كل شيء بشكل مختلف، كما لو أنك انفصلت عن تدفق الأحداث ووجدت نفسك في منتصف مرآة كروية. يلتف المنظار العملاق ببطء حولك، يومض بوجوه الواقع. أنت جزء من هذا الواقع وفي الوقت ذاته توجد منفصلًا عنه، ومستقلًا. بالطريقة ذاتها، تدرك "انفصالك" عندما تستيقظ في حلم وتدرك أنك من الآن فصاعدًا تحدد ما يحدث في الحلم، وليس العكس. الأمر كذلك مع حلم المرآة الذي تراه وأنت مستيقظ، مع الفارق الوحيد أن الواقع يتفاعل ببطء ملحوظ. ولكن بمجرد أن تعتاد على بطئه، ينكشف شيء رائع – الواقع يتغير بمرونة، متبعًا صورة أفكارك. ولكن ما معنى كل هذا؟ ما هو المكان الذي أنت فيه؟

أنت خارج هذا العالم – لقد خرجت من المرآة.

مرسوم المُنشئ/الخالق

الآن، أيها القارئ العزيز، أنت تعرف كل ما تحتاجه للتحكم في الواقع. لن تكون قادرًا على تغيير العالم كله. لكن واقع خاص تحت تصرفك. بمجرد أن تفلت من وهم الانعكاس المزدوج وتجد نفسك داخل عالم المرآة، ستنفتح أمامك الأبدية، تحوي بداخلها إمكانيات لا محدودة. وليس في هذه الكلمات ذرة من التبجح المسرحي. هناك ثلاث هبات لا تُقدر بثمن مُخزنة في فضاء المتغيرات: مستقبلك الذي يمكنك تجسيده، والمعرفة السرية التي يمكن أن تجعلك عبقريًا، وشيء آخر سيجعلك تحبس أنفاسك.

ستكتشف الأخير بعد قليل، ولكن لنتحدث أولًا عن المعرفة. قد تظن أن الإجابات على أسئلتك معروفة لبعض العقول المتميزة بشكل خاص؛ ولهذا تبحث عن المعلومات التي تحتاجها بين مصادر مختلفة، أي أنك تتعلم من شخص ما. وهذا يمكن أن يستمر إلى الأبد. كل ما ستفعله لبقية حياتك هو الالتفات إلى أولئك المستنيرين، الذين من المفترض أن يعرفوا ما يجب فعله وكيف يجب فعله. لكن لِمَ يعرف هؤلاء الناس كل هذا؟ ربما قرأوا الكثير من الكتب وهذا هو سبب ذكائهم، أو ربما لديهم موهبة خاصة لا تمتلكها؟ لا، ليس هذا هو السبب أيضًا.

تخيل أنك أتيت إلى الأرض من كوكب بعيد. هنا كل شيء مختلف، غير مألوف، غريب. يتفرق أعضاء فريقك وينتشرون في اتجاهات مختلفة. ونتيجة لذلك، يقوم كل عضو باكتشاف ما. يتضح أنه يمكنك قطف الفطر والتوت الصالح للأكل في الغابة، أنه يمكنك السباحة وصيد الأسماك في البحر، والذهاب للتزلج في الجبال. وهناك أيضًا مخلوقات مختلفة تسكن الأرض – بعضها غير مؤذٍ والبعض الآخر لن يتردد في التهامك أنت وفريقك.

بالطريقة ذاتها، تكتشف البشرية باستمرار أشياء جديدة. تدفق هذه المعرفة لا ينضب. ولكن قلة قليلة فقط هم من يبتكرون ويصنعون الأشياء، بينما يراقب الآخرون في دهشة: كيف تمكن هذا الشخص من العثور على ذلك؟ ربما هو مُختار؟ ما الذي يجعل الشخص مُختارًا؟

إن أهدافه وأبوابه هي طريق واحد يخصه وحده. بمجرد أن تسلك طريقك الخاص، ستنفتح أمامك كنوز العالم. وحينها سيراقبك الآخرون ويتساءلون في دهشة – كيف تمكنت من فعل ذلك؟ الأمر بهذه البساطة.

المفارقة هي أن هذا المبدأ البسيط، على الرغم من أنه يكمن على السطح، إلا أنه يصعب فهمه. يشتبه الجميع في أنه لكي تصل إلى قمم النجاح غير المفتوحة، تحتاج إلى الخروج من الصف واتباع طريقك الخاص، لكن الناس يستمرون بعناد في السير على خطى شخص آخر، محاولين تكرار نجاح شخص آخر.

في إحدى المرات، عندما كنت طفلًا، اصطحبني والداي إلى الغابة لأول مرة. كان والدي ووالدتي يجدان الفطر باستمرار ويعلنان ذلك بسعادة للغابة بأكملها. لكنني لم أستطع العثور على شيء وكنت أركض بيأس ذهابًا وإيابًا بينهما، أفترض بسذاجة أنني إذا اتبعت أحد البالغين، فسيبتسم لي الحظ – لأنهما إذا كانا قادرين على العثور على الفطر، فهما يعرفان إلى أين يذهبان. لكن كل ذلك كان عبثًا. فقط عندما ذهبت في اتجاه آخر، بمفردي، وجدت أخيرًا فطرًا كبيرًا حقًا. احتج والداي بحسد، وطفحت بمشاعر الفخر بنفسي – المكتشف.

أدركت شيئًا ما في تلك اللحظة، لكنني لم أدركه تمامًا. بعد ذلك، أظهر لي العالم عدة مرات أنه إذا ابتعدت عن المسار المألوف الذي يسلكه معظم الناس، وسرت في طريقك الخاص، يمكنك العثور على الكنوز. ولكن بعد ذلك، مرارًا وتكرارًا، انجذبت مرة أخرى إلى التيار العام، خاضعًا لغريزة القطيع.

هنا يظهر الفرق بين المعرفة الواعية والاطلاع على المعرفة. قد يكون لديك هاجس بشأن شيء ما، لكنه لن يكون ذا فائدة. بين الهاجس والمعرفة الواضحة هناك هوة كاملة. الأول، على عكس الثاني، لا يمكن استخدامه كمخطط عمل، وبالتالي ليس له أهمية عملية.
الترانسيرفينج، بهذا المعنى، يضع النقاط على الحروف، ويحول الهواجس إلى عبارات واضحة – يخبرك ماذا وكيف يجب أن تتم الأمور. بمعنى آخر، إلى حد ما، يمكنك التوقف عن دراسة القديم والبدء في صنع أشياء جديدة. بل، ليس حتى الصنع، بل الأخذ من المكان الذي تأتي منه كل الاكتشافات والروائع – من الأبدية. للوصول إلى المعلومات المخزنة في فضاء المتغيرات، تحتاج إلى وضع الأساس للمعرفة الأساسية في مجال اهتمامك. بدون هذا الأساس الأولي، لن تكون قادرًا على التناغم مع القطاع المقابل في فضاء المتغيرات؛ بعبارة أخرى، لن تتمكن من الاتصال بقاعدة البيانات. بمجرد أن تتعلم الأساسيات، يمكنك أن تنسى ما تعلمته. من تلك اللحظة فصاعدًا، أنت قادر على القيام بالاكتشافات بنفسك وصنع روائع جديدة.

كتاب، لوحة، لحن – كل هذه الأشياء يتم "سحبها" من فضاء المتغيرات. كل ما عليك فعله هو "التعليق" على قطاع ما. يمكن أن يكون وتران أو ثلاثة أوتار مميزة بمثابة علاقة للحن. يمكن أن تكون حالة مزاجية علاقة لإنشاء لوحة. موقف، لكتاب. لكتابة كتاب، لست مضطرًا للبدء بحبكة – ستكتشفها لاحقًا. تظهر حبكة كاملة من موقف إذا هدأت عقلك المتعجرف وتركت الشخصيات تجد طريقها للخروج من الموقف الحالي. لا داعي لاختلاق الأشياء – إنها موجودة بالفعل؛ ما عليك سوى اتباع تيار المتغيرات بهدوء. لأن الأشياء العبقرية كلها بسيطة بشكل مدهش. وتيار المتغيرات يتبع مسارًا بسيطًا ومدهشًا بالمثل – وهو مسار عادة ما يكون الشخص عاجزًا عن الوصول إليه.

يمكن استخدام هذا النهج حتى لكتابة برامج حاسوب أو تطوير معدات تقنية، دون الحاجة إلى مخطط، بالبدء من نقطة انطلاق محددة.

بالطبع، في بعض الحالات لا يمكنك الاستغناء عن مخطط، ولكن في المواقف التي يمكنك فيها الاستغناء عنه، على الأقل في منطقة معزولة، يجب أن تتبع تيار المتغيرات – دع المفهوم يتطور بمفرده. العقل، في محاولاته للتخطيط المسبق للأشياء، يراكم تصميمًا معقدًا. على العكس من ذلك، يولد تيار المتغيرات دائمًا الحل الأكثر أناقة والأمثل، والذي سيتركك مندهشًا لاحقًا: كيف سارت الأمور على ما يرام دون مخطط مطور بالكامل؟

لذا، من الأفضل عدم اختلاق الأشياء، بل ببساطة القيام بعملك، متحركًا بالتسلسل من البداية إلى النهاية. نقطة الانطلاق في أي مسألة هي الفكرة – هذا هو الشيء الرئيسي؛ كل شيء آخر سيكمله تيار المتغيرات. لا يجب عليك اختراع الفكرة أيضًا. إذًا من أين ستأتي الأفكار؟ من المكان نفسه تمامًا. تظل جميع التخمينات العبقرية في الأبدية وتصل إلى عقلك عبر الروح. مهمة عقلك ليست التوصل إلى فكرة، بل التعرف عليها عندما تسقط في رأسك. وهذا سيحدث بلا شك إذا خرجت من الصف وسرت في طريقك الخاص، متبعًا قواعد قلبك.

الروح لديها وصول مباشر إلى فضاء المتغيرات، بينما يلتقط العقل الهواجس والرؤى ويفسرها لاحقًا. العقل ليس لديه فكرة – الروح هي التي تعرف، وعليك فقط أن تلتفت إليها. ويمكنك بالطبع الوثوق بهذا التأكيد الذي يبدو غير جوهري. هناك عقبة واحدة فقط، وهي حقيقة أننا نتحدث مرة أخرى عن الاطلاع الغامض على المعرفة، بدلاً من الوعي الواضح بالمبدأ. يتفق الجميع نوعًا ما على أن الروح من المفترض أن تعرف كل شيء، لكن لا أحد يأخذ الأمر على محمل الجد. الجميع يتجاوزونه، معتقدين أنها استعارة، ولا يمنحونها أي أهمية. يقول المنطق السليم للناس: "بالطبع هناك رؤى؛ هناك الصوت الداخلي، والحدس؛ لكن كل هذه الأشياء غير مستقرة، غير ملموسة، غير موثوقة. الآن، منطقي الصارم شيء مختلف تمامًا، فهو يستند إلى حقائق ثابتة."

وبالتالي، إذا كان لديك معلومات أساسية عن مجال معين، فإن الروح قادرة على التناغم مع المنطقة المقابلة في فضاء المتغيرات والحصول على معرفة جديدة لن تقرأ عنها في أي مكان. اطرح سؤالًا على نفسك، صِغه بعناية وانساه لبعض الوقت. في غضون أيام قليلة ستأتي الإجابة بنفسها. إذا لم يحدث ذلك، فاستمر في طرح السؤال نفسه من وقت لآخر. قد تأتي الإجابة في غضون بضعة أشهر، لكنها ستأتي بالتأكيد.

المسألة هي فقط: هل سيكون لديك ما يكفي من العزيمة لكسر القوالب النمطية المعمول بها والتوقف عن أن تكون مسيطرًا عليك بواسطة القواعد العامة – أي كسر قاعدة البندول؟ يجب أن تكون لديك الجرأة لاستخدام حقك في المعرفة، للتوقف عن البحث عن إجابات لأسئلتك في كتب كتبها آخرون. ببساطة غَيِّر اتجاه نيتك: من التلقي إلى الصنع. ما هو الفرق بينك وبين المؤلفين الذين تقرأ كتبهم؟ الفرق الوحيد هو أنهم غيروا اتجاه نيتهم – توقفوا عن النظر وبدأوا في الصنع. لقد توقفوا عن اتباع السلطات المعترف بها عميانًا وتوفرت لهم الشجاعة لاتباع طريقهم الخاص. أنت أيضًا، خذ حقك في أن تكون على صواب!

والآن لننتقل إلى ما أشرت إليه بـالهبة الثالثة التي تنتظرك في فضاء المتغيرات.

حاول أن تتخيل كيف يشعر الشخص الذي يتمتع بصفة نجم النجوم (سوبر ستار). يرى المعجبون فقط الأشياء التي تقع على السطح – إشعاع موهبة الشخص، بريق شهرته، ثروته. ينتابك انطباع بأن هذا الشخص ليس مجرد إنسان عادي، بل مُنح فضائل فريدة. هل مثل هذا الأمر ممكن حتى لشخص عادي: أن يصل إلى قمة النجاح ذاتها ويبقى هناك بثقة لدرجة ألا يجرؤ أحد على تحدي تفرده؟

ومع ذلك، بالنسبة لالمُختار نفسه، فإن جميع سمات شهرته هي أمور عادية، أو حتى عادية جدًا. من غير المحتمل أن يتعرف على نفسه بين سكان جبل أوليمبوس، لأنه عندما يكون وحيدًا تمامًا يدرك حقيقة أنه واحد من الكثيرين وأنه مماثل لأي شخص آخر تمامًا. ما هو الفرق إذن؟ ما الذي يفصل بين فتاة القرية ونجمة العروض، بين طالب خجول ونجم العلم اللامع، بين العاديين والمُختارين؟

خطوة واحدة فقط. لقد تجرأوا على تأكيد حقهم، بينما لا يستطيع الآخرون حتى البدء في القيام بذلك، ولا يؤمنون حقًا بأنهم قادرون ومستحقون. في وعي الأشخاص الخجولين، هناك اقتناع راسخ بأن الأشخاص المُختارين في هذا العالم موجودون فقط لأنهم اختاروا من قبل الجميع لصفاتهم الفريدة البارزة.

في الحقيقة، هذا نمط نمطي خاطئ. المُختارون يختارون أنفسهم بأنفسهم. وفقط بعد ذلك وبسبب ذلك، يولي لهم العالم كله الاهتمام. خذ لنفسك حق أن تكون المُختار. قل لنفسك: "من هذه اللحظة فصاعدًا، أنا أختار نفسي." لديك الحق ليس لأنك مستحق وقادر، بل لأنك أخذت هذا الحق ببساطة. هناك كل شيء في فضاء المتغيرات، وهناك أيضًا شيء، هو الأهم، وله معنى لك أنت وحدك – المرسوم الذي يسمح لك بتأكيد حقك. هذه هي تذكرة دخولك إلى الأبدية، موافقة على الامتياز لصنع واقعك.

لقد تم إرشادك طوال حياتك، وما زلت تُعلَّم كيف يجب أن تكون، وكيف يجب أن تتصرف، وماذا يجب أن تقرأ، وماذا يجب أن تسعى إليه. الآن خذ حقك الشرعي في وضع معاييرك الخاصة. أنت تقرر ما هو الصواب وما هو الخطأ بالنسبة لك، لأنك تشكل طبقة عالمك بنفسك. لديك الحق في تعريف شيء ما على أنه حقيقة، حتى لو اعتبره الآخرون خاطئًا، طالما أنه لا يلحق ضررًا بأحد. باستخدام امتيازك لإصدار مرسومك الخاص، فإنك تعيش وفقًا لعقيدتك.

في حياتنا هناك آراء بقدر عدد الأشخاص. يقول البعض أن هذا أسود، بينما يقول آخرون أنه أبيض. مَن يجب أن تُصدق؟ تذكر أن العالم مرآة – إنه يتفق مع شخص شجاع بما فيه الكفاية لإصدار مرسومه. لكنك لست مرآة! أنت إما الشخص الذي يقبل مراسيم الآخرين، أو مُنشئ يعلن مرسومه الخاص. ولهذا السبب، لم تعد مسألة ما هي الحقيقة التي يجب اعتبارها الحقيقة الوحيدة الأصيلة، أي جانب يجب أن تأخذ – الأسود أو الأبيض – موجودة. يمكنك الآن تحديد حقيقتك بنفسك: "لقد قررت هذا لأنني مُنشئ واقعي." وسيعمل ذلك لأن فضاء المتغيرات والمرآة المزدوجة تحت تصرفك – كل ما هو ضروري لتجسيد خططك في الواقع.

الأمر بهذه السهولة، أليس كذلك؟ هناك شرط واحد فقط: يجب أن تكون لديك حقًا الجرأة لاستخدام حقك. فحقيقة الأمر هي أنه إذا شعرت بالشك أو الندم، فإن مرسومك يفقد قوته وتنتقل من كونك المُشرّع إلى المتهم. عندما تشك، ستفعل الشيء الخطأ على أي حال. ليس الأمر يتعلق بمدى تفكيرك وتصرفك بشكل مناسب، بل بمدى ثقتك في أنك على حق. لذلك يجب أن تصبح واعياً جداً بكل هذا، وتعتاد على هذا لكي تتحد الروح والعقل في وحدة واحدة. لديك الشرح؛ الشيء الوحيد الذي تبقى لك القيام به هو تحويل الاطلاع على المعرفة إلى معرفة. كيف تحقق هذا؟ من خلال تجربتك الخاصة. تصرف وأقنع نفسك.

ومع ذلك، لا يجب أن تفترض أن إرادة المُنشئ قد أصبحت إملاءً على العقل. المرسوم ينطبق فقط إذا كانت الروح والعقل كالشيء الواحد. إذا لم تستمع إلى صوت قلبك، فأنت لا تصنع الواقع؛ بل ترتكب الأخطاء بدلًا من ذلك. هناك أشخاص في كل مكان يصنعون ثروات. على سبيل المثال، شخص ما ليس لديه أذن موسيقية أو صوت للغناء، لكنه يحب الغناء. في بعض الأحيان تجد أشخاصًا يفتقرون بوضوح إلى أي موهبة، لكنهم مقتنعون بأنهم نجوم؛ ومع ذلك لا ينجحون أبدًا. لماذا لا يعمل مرسومهم؟ لأنهم يعرفون في أعماقهم أن الأمور لا تسير على ما يرام بالفعل، لكن عقلهم لا يريد قبول ذلك، لذا يحاول بكل قوته إثبات العكس. هؤلاء الأشخاص، الذين ليس لديهم أي موهبة، لا يجدون الطريق أبدًا – إنهم أشخاص لا يفعلون ما يخصهم، بل يسلكون طريق شخص آخر.

توفر الهبة الثالثة الكثير من المزايا. الحق في إصدار مرسومك – هذا هو التحرر من الظروف القاسية، من كل ما يعكر صفو حياتك ويخلق عقبات في طريقك إلى الهدف. سيساعدك هذا في الحصول على ثقة هادئة. "عالمي يعتني بي، وأنا أمتلك قوة تسمح لي بضعف قبول هذا الاهتمام." من اللحظة التي تأخذ فيها حقك في إصدار مرسومك، يمكنك نبذ أي حكم يُفرض عليك من الخارج، مثل ما هو جيد وما هو سيئ، ما هو صحيح وما هو خاطئ بالنسبة لعالمك. هذا يشمل الترانسيرفينج نفسه. طالما أنك لا تشعر بأي شكوك أو ترددات أو ندم، ومرسومك لا يضر بأحد.

أخيرًا، أصل إلى نقطتي الأخيرة. في فضاء المتغيرات يوجد كل شيء، وكل ما ترغب فيه بروحك وعقلك هو لك. ولكن يجب أن تعلم أن هناك حارسًا لبوابة الأبدية – قانونًا مطلقًا يحرس الوصول إلى كل ما هو موجود هناك. هذا الحارس الذي لا يرحم يسمح بالدخول فقط لأولئك الذين لديهم الجرأة لاستخدام حقهم كمُنشئ. يعمل مرسومك بمثابة تذكرة العبور: "أنا أستطيع وأنا قادر، لأن هذا ما قررته. أنا لا أرغب ولا أنتظر – أنا أنوي." إذن، خذ حقك، وسيفتح لك الحارس أبواب الأبدية.

ملخص

- تراكم السموم في جسمك، الإمكانات المفرطة، والنيات غير المُحققة يقلل من طاقتك.
- لتحرير مصادر طاقتك، عليك إما التخلص من بعض النيات الكامنة أو الشروع في تحقيقها.
- لكي تعمل الطاقة، تحتاج إلى التركيز على الهدف النهائي.
- التركيز لا يعتمد على التوتر بل على التوجيه.
- عَلِّم نفسك التفكير فيما تفعله في اللحظة الحالية.
- تحتاج إلى تثبيت انتباهك بشكل منهجي على شريحة الهدف.
- توقف عن تبرير نفسك.
- تخلى عن أي محاولة لتأكيد أهميتك.
- حافظ على التوحيد والتزم بمبادئ المرآة.
- لتقليل الاستقطاب، تحتاج إلى تخفيف الأوتار المشدودة جدًا.
- تقنيات التحكم في الواقع: شريحة الهدف، عملية التصور، تدفق الطاقة، الإطار، الموجة الانفجارية، المجال الخارجي، تقليل الديكورات، توحيد الهدف، تثبيت النية، التكامل.
- الطريقة المفضلة لك هي تلك التي تشعر أنها تأتي إليك بأقصى سهولة.
- افعل كل شيء يناسبك.
- الممارسة المنتظمة هي المتطلب الرئيسي للنجاح.
- عليك الخروج من المرآة.
- بعد الحصول على المعرفة الأساسية، غيِّر توجيه النية من 'التلقي' إلى 'الصنع'.
- لا تحاول اختراع فكرة، بل اعرف كيف تتعرف عليها.
- بعد البدء من نقطة انطلاق، تحرك مع تيار المتغيرات.
- خذ حقك في أن تكون على صواب. اخرج من الصف وأصدر مرسومك – لاستخدام حقك كمُنشئ: "لقد قررت هذا لأنني مُنشئ واقعي."

الستار

حسنًا، حسنًا، عزيزي.

زيارة الأبدية

أيها القارئ العزيز!

لقد وصل سفرنا إلى عالم المرآة المزدوج الرائع إلى نهايته. لقد اطلعت على معرفة قديمة جدًا. لقد كانت موجودة دائمًا وتم تناقلها من جيل إلى جيل بأشكال وتنسيقات مختلفة. بغض النظر عن مدى تعقيد التفسير، فإن الجوهر يكمن على السطح ويبدو بسيطًا جدًا: أنت تقف أمام مرآة تُعكس فيها صورة أفكارك. يخلق تأثير المرآة وهمًا بأن العالم الخارجي موجود بشكل مستقل ولا يخضع للسيطرة. ولكن إذا تمكنت فقط من التخلص من هذا الوهم، سيبدأ الواقع في إطاعتك. بلمس هذا السر الواضح والمدهش، كان عليك زيارة الأبدية. أنت تعرف الآن: يمكنك دائمًا العودة إلى هناك وأخذ كل ما ترغب فيه روحك وعقلك. الحارس سيسمح لك بالمرور – ولكن فقط إذا قدمت له مرسومك. خلف هذه الأبواب عالم ينتظرك، حيث المستحيل يصبح ممكنًا.

أنا لا أرغب ولا أنتظر، بل أتمنى لك قبل كل شيء أن تكون لديك جرأة المُنشئ، وتترك تفاحك يتساقط نحو السماء!

مسرد المصطلحات

الأهمية

تحدث الأهمية عندما يُمنح شيء ما أهمية مفرطة. إنها إمكانات مفرطة في شكلها النقي، وخلال التخلص منها، تخلق قوى الموازنة مشاكل للفرد المسؤول عن إنشاء هذه الإمكانات. هناك نوعان من الأهمية: الداخلية والخارجية. تتجلى الأهمية الداخلية أو الشخصية على أنها مبالغة في تقدير فضائل المرء أو عيوبه. صيغة الأهمية هي كالتالي: "أنا شخص مهم"، أو "أنا أقوم بعمل مهم". عندما ينحرف سهم الأهمية عن المقياس، تبدأ قوى الموازنة في العمل – و**"السمكة الكبيرة"** تتلقى صفعة على الأنف. أولئك الذين "يقومون بعمل مهم" معرضون أيضًا لخيبة الأمل: إما أن عملهم لن يكون ذا فائدة لأحد، أو سيتم إنجازه بشكل سيئ للغاية. هناك أيضًا جانب معاكس لذلك، وهو التقليل من فضائل المرء، والانتقاص من الذات. حجم الإمكانات المفرطة في كلتا الحالتين هو نفسه، الفرق هو فقط في القطبية.

تُنشأ الأهمية الخارجية أيضًا بشكل مصطنع من قِبَل الشخص عندما ينسب أهمية كبيرة جدًا لكائن أو لحدث في العالم. هذه هي صيغة الأهمية الخارجية: "هذا ذو أهمية كبيرة بالنسبة لي"، أو "من المهم جدًا أن أفعل هذا". يتم إنشاء إمكانات مفرطة وتذهب المسألة برمتها إلى الهاوية. تخيل أنك بحاجة إلى السير عبر جذع شجرة مستند على الأرض. أمر سهل! والآن عليك السير عبر الجذع نفسه، ولكن هذه المرة تم وضعه بين أسطح ناطحتي سحاب. المشي عبر الجذع دون السقوط ذو أهمية كبيرة بالنسبة لك، ولن تتمكن من إقناع نفسك بخلاف ذلك.

موجة الحظ

تتشكل موجة الحظ كشريط من خطوط الحياة المواتية لك. يحتوي فضاء المتغيرات على كل الأشياء، بما في ذلك عروق الذهب هذه. إذا وجدت نفسك على الخط الخارجي لهذا التموج وكنت محظوظًا، يمكنك الانزلاق، بدافع القصور الذاتي، إلى خط التعشيق الآخر، حيث ستتبع ظروف محظوظة جديدة. ولكن إذا واجهت مرة أخرى سوء حظ بعد النجاح الأول، فهذا يعني أنك وقعت في فخ البندول الهدام، الذي ألقى بك خارج موجة الحظ.

الاختيار

يقدم الترانسيرفينج نهجًا مختلفًا تمامًا لتحقيق غاياتك. أنت تقوم بالاختيار، بنفس الطريقة التي تطلب بها طبقًا في مطعم، دون التفكير للحظة في الوسائل المستخدمة لتلبية طلبك. لن تتحقق رغباتك. بل إن اختيارك هو قانون غير قابل للتغيير، وسيتحقق حتمًا. سيكون من المستحيل شرح أن القيام بالاختيار هو كل شيء في بضع كلمات. الترانسيرفينج بأكمله يدور حول ما هو الاختيار وكيفية القيام به.

وحدة الروح والعقل

لدى العقل إرادة، لكنه غير قادر على التحكم في النية الخارجية. الروح قادرة على الشعور بتطابقها مع النية الخارجية، لكنها لا تمتلك إرادة. إنها تحلق عبر فضاء المتغيرات كطائرة ورقية غير قابلة للتحكم. لإخضاع النية الخارجية لإرادتك، عليك تحقيق وحدة الروح والعقل. هذه هي الحالة التي تكون فيها مشاعر الروح وأفكار العقل قطعة واحدة. على سبيل المثال، عندما تكون مليئًا بإلهام مبتهج، فإن روحك 'تغني'، بينما عقلك 'يفرك يديه بارتياح'. في هذه الحالة، أنت قادر على الإبداع. ولكن يحدث أيضًا أن تجد روحك وعقلك الوحدة في القلق والخوف والنفي، ونتيجة لذلك، تتحقق أسوأ توقعاتك. أخيرًا، إذا كان العقل العقلاني يقول نفس الشيء مرارًا وتكرارًا، بينما يقاوم القلب، فهذا يعني أن الروح والعقل على خلاف.

لغز الحارس

"كل شخص قادر على الحصول على حرية اختيار أي شيء يريده. كيف تحصل على هذه الحرية؟"

لا يعرف الناس أنه يمكنهم ببساطة الحصول على ما يريدون، بدلًا من بذل الكثير من الجهد لتحقيق الشيء نفسه. هذا يبدو غير معقول تمامًا، لكنه مع ذلك حقيقي. ستعرف الإجابة على هذا اللغز فقط عندما تكون قد قرأت الترانسيرفينج الواقع بالكامل حتى النهاية. لا تحاول الذهاب مباشرة إلى الفصل الأخير، لأنك لن تفهم الإجابة.

الإشارات

إشارات الدلالة هي تلك التي تشير إلى تحول وشيك في تيار المتغيرات. إذا كان هناك شيء يقترب يمكن أن يؤثر بشكل كبير على مسار الأحداث، فستكون هناك إشارة تشير إلى ذلك. عندما ينعطف تيار المتغيرات، فإنك تعبر إلى خط حياة مختلف. كل خط يكون موحدًا إلى حد ما في خصائصه. يمكن لتدفق في تيار المتغيرات أن يعبر عدة خطوط. تختلف خطوط الحياة عن بعضها البعض في المعايير. قد تكون التغييرات غير مهمة، لكن الفرق لا يزال ملحوظًا. وهذا الاختلاف النوعي هو ما تدركه بوعي أو بلاوعي – كما لو أن شيئًا ما ليس صحيحًا تمامًا.

تظهر إشارات الدلالة فقط عندما يبدأ انتقال إلى خطوط حياة أخرى. قد لا تلاحظ ظواهر منعزلة. على سبيل المثال، نعب غراب، لكنك لم تلاحظ ذلك. لم تشعر باختلاف نوعي، لذا فأنت لا تزال على الخط نفسه. ولكن إذا كان هناك شيء ما في الظواهر جعلك متيقظًا، فيجب أن تكون إشارة. تختلف الإشارة عن الظاهرة العادية في أنها تشير دائمًا إلى انتقال بدأ إلى خط حياة مختلف بشكل كبير.

الإمكانات المفرطة

الإمكانات المفرطة هي توتر، أو اضطراب محلي في مجال طاقة موحد. يتم إنشاء هذا التموج بواسطة الطاقة العقلية، عندما تُنسب أهمية كبيرة إلى كائن ما. على سبيل المثال، الرغبة هي إمكانات مفرطة لأنها تميل إلى جذب الكائن المرغوب إلى مكان مختلف عن المكان الذي يتواجد فيه حاليًا. تخلق الرغبة المُرهِقة في امتلاك ما لا تملكه "انخفاضًا في الضغط" في الطاقة، مما يؤدي إلى ظهور ريح قوى الموازنة. أمثلة أخرى على الإمكانات المفرطة: الاستياء، الإدانة، الإعجاب، العبادة، المثالية، المبالغة في التقدير، الازدراء، الغرور، مشاعر التفوق، الذنب، الدونية.

الانتقال المُستحث

الكوارث، الكوارث الطبيعية، النزاعات المسلحة، الأزمات الاقتصادية، كل ذلك يتطور في شكل حلزوني. أولاً، هناك بداية الصراع، ثم التكشف – يرتفع التوتر أكثر فأكثر، ثم هناك نقطة الذروة، مع انفعالات عنيفة مشتعلة، وأخيرًا، حل – يتم تبديد كل الطاقة المتولدة عن الصراع في الفضاء، ويكون هناك هدوء مؤقت. يعمل الإعصار بطريقة مماثلة.

ينحصر انتباه مجموعة من الناس في حلقة التقاط البندول. يبدأ البندول في التأرجح بقوة متزايدة، جالبًا معه خطوط حياة كارثية. تستجيب للدفعة الأولى التي يقدمها البندول – على سبيل المثال، تتفاعل مع حدث سلبي، تشارك في بداية صراع وتجد نفسك في المنطقة الفعالة للحلزون، الذي يتكشف ويجذبك إلى الداخل، مثل القمع.

يُعرف ظاهرة الانجراف إلى قمع بـالانتقال المُستحث إلى خط حياة يصبح فيه الشخص ضحية. إن استجابته لدفعة البندول والتغذية المتبادلة اللاحقة بالطاقة الاهتزازية تحفز الانتقال إلى خط حياة قريب من تردد اهتزاز البندول. ونتيجة لذلك، يصبح الحدث السلبي جزءًا من طبقة عالم هذا الشخص.

تنسيق الأهمية

لا تُنسب أهمية كبيرة جدًا لأي شيء. أنت لست من يحتاج هذه الأهمية؛ البندول هو من يحتاجها. تسيطر البندولات على الناس، كالدمى المتحركة، بمساعدة خيوط الأهمية. يخاف الناس من التخلي عن خيوط الأهمية لأنهم تحت سيطرة الاعتماد، الذي يخلق وهم الدعم والثقة. الثقة تساوي نفس الإمكانات المفرطة لانعدام الثقة، فقط مع علامة معاكسة. يسمح لك الوعي والنية بتجاهل لعبة البندول والحصول على ما هو لك دون صراع. وعندما تكون هناك حرية دون صراع، لم تعد الثقة ضرورية. إذا كنت متحررًا من الأهمية، فليس لدي ما أدافع عنه ولا شيء أحتلّه – أنا فقط أمضي قدمًا وأختار ما أريده بهدوء.

لتحرير نفسك من البندولات عليك التخلي عن الأهمية الداخلية والخارجية. تنشأ المشاكل والعقبات في طريقك لتحقيق غاية أيضًا نتيجة لإمكانات الأهمية المفرطة. يتم الحفاظ على العقبات بواسطة أساس الأهمية. إذا قمت بخفض مستوى الأهمية عمدًا، فسوف تنهار العقبات من تلقاء نفسها.

تنسيق النية

يؤكد تحقيق أسوأ التوقعات في حياة الأشخاص المعرضين للسلبية أن البشر قادرون على التأثير على مسار الأحداث في حياتهم. كل حدث في خط حياة له فرعان – مواتٍ وغير مواتٍ. في كل مرة تواجه حدثًا، تتخذ خيارًا بشأن كيفية التعامل معه. إذا رأيت حدثًا على أنه إيجابي، فإنك تنتقل إلى الفرع المواتي لخط حياتك. ومع ذلك، فإن الميل إلى السلبية يجعلنا نتذمر ونختار الفرع غير المواتي.

بمجرد أن يبدأ شيء ما في إزعاجك، تتبعه مصيبة جديدة. وهكذا تحصل على فكرة أن "المصائب لا تأتي فرادى أبدًا". لكن تتابع المصائب لا يتبع المشكلة الأصلية، بل يتبع موقفك تجاهها. يتشكل هذا الانتظام بواسطة اختيارك، الذي تتخذه عند التشعب. بتحليل مستوى ميلك إلى السلبية، يمكنك تكوين فكرة عن المكان الذي قادتك إليه سلسلة الفروع السلبية هذه خلال حياتك.

مبدأ تنسيق النية هو كالتالي: إذا حاولت رؤية التغيير السلبي الظاهر في السيناريو على أنه إيجابي، فسيحدث ذلك بالضبط. باتباع هذا المبدأ، ستتمكن من تحقيق النجاح نفسه في الأمور الإيجابية، الذي يحققه الأشخاص السلبيون في أسوأ توقعاتهم.

خط الحياة

الحياة البشرية، مثل أي حركة مادية أخرى، هي سلسلة من الأسباب والنتائج. تقع النتيجة في فضاء المتغيرات دائمًا بالقرب من سببها. بالطريقة نفسها التي يتبع بها أحدهما الآخر، تتجمع القطاعات المجاورة في فضاء المتغيرات في خط حياة. السيناريوهات والديكورات للقطاعات التي تقع على خط الحياة نفسه تكون موحدة إلى حد ما في نوعيتها. تتحرك الحياة البشرية بانتظام على طول خطها حتى يكون هناك حدث يُحدث تغييرًا جوهريًا في السيناريو والديكورات. عندئذٍ ينعطف الحظ ويعبر إلى خط حياة مختلف. أنت دائمًا على الخطوط التي تتوافق معاييرها مع انبعاثك العقلي. بتغيير موقفك تجاه العالم، أي صورتك العقلية، فإنك تعبر إلى خط حياة مختلف لديه بدائل مختلفة لتطور الأحداث في خط حياتك الحالي.

التجسيد المادي

يمكن للبنية المعلوماتية لفضاء المتغيرات أن تتجسد ماديًا في ظل شروط معينة. كل فكرة، مثل أي قطاع من الفضاء، لها معايير محددة. الانبعاث العقلي 'يضيء' القطاع المقابل ويحقق متغيره. بهذه الطريقة، يكون للأفكار تأثير مباشر على مسار الأحداث في حياتك.

يعمل فضاء المتغيرات كقالب. إنه يحدد شكل ومسار الحركة المادية. يتحرك التجسيد المادي في المكان والزمان لكن المتغيرات تبقى في مكانها وتوجد إلى الأبد. يشكل كل كائن حي طبقة عالمه الخاص بانبعاثه العقلي. عالمنا مأهول بعدد لا يحصى من الكائنات الحية، وكل منها يقدم مساهمته الخاصة في تشكيل الواقع.

البندولات

الطاقة العقلية مادية ولا تتلاشى تمامًا. عندما تبدأ مجموعات من الناس في التفكير في اتجاه واحد، فإن 'أمواجهم العقلية' تتراكم فوق بعضها البعض، ويتم إنشاء بنى معلوماتية وطاقية غير مرئية ولكنها حقيقية – وهي البندولات – في محيط الطاقة. تبدأ هذه البنى في التطور بشكل مستقل وتخضع الناس لقوانينها. يفقد الشخص الذي يقع تحت تأثير بندول هدام حريته – يُجبر على أن يصبح وتدًا في آلية كبيرة. كلما زاد عدد الأشخاص – المؤيدين – الذين يغذون البندول بطاقتهم، زادت القوة التي 'يتأرجح' بها البندول. كل بندول له تردد تذبذب مميز خاص به. غالبًا ما يسمى التردد تردد الرنين. إذا انخفض عدد المؤيدين للبندول، تبدأ تذبذبات البندول في التضاؤل. عندما لا يبقى مؤيدون، يتوقف البندول تمامًا ويموت ككيان.

لاستنزاف طاقة الإنسان، تتعلق البندولات بمشاعره وردود أفعاله: السخط، عدم الرضا، الكراهية، الغضب، القلق، المشاعر الاكتئابية، الحيرة، اليأس، الخوف، الشفقة، التعلق، الإعجاب، المثالية، اليأس، القبول الساذج، التبجيل، النشوة، الخيبة، الكبرياء، التباهي، الازدراء، النفور، الاستياء، الإحساس بالواجب، مشاعر الذنب وما إلى ذلك.

يكمن الخطر الرئيسي على الشخص الذي خضع لتأثير البندول الهدام في حقيقة أن أي بندول يزيح ضحيته عن خطوط الحياة حيث كان سيجد سعادته. عليك التخلص من الغايات التي فُرضت عليك، لأنك في صراعك من أجل تلك الغايات ستتحرك بعيدًا وأبعد عن مسارك.

البندول، بطبيعته، هو تجمُّع فكري (إيغريغور)، لكن هذا بعيد كل البعد عن الحقيقة الكاملة. لا يعكس مفهوم 'التجمُّع الفكري' كل تعقيد الفروق الدقيقة في التفاعل البشري مع الكيانات المعلوماتية والطاقية.

النية

يمكن وصف النية تقريبًا بأنها العزيمة على الامتلاك والتصرف. إن نيتك هي التي تتحقق، وليس رغبتك. ارغب في أن يرتفع ذراعك. تتشكل الرغبة في أفكارك: أنت تدرك حقيقة أنك تريد رفع ذراعك. هل ترفع رغبتك ذراعك؟ لا، الرغبة بحد ذاتها لا تنفذ أي فعل. لن يتمكن ذراعك من الارتفاع إلا عندما تنتهي أفكارك حول رغبتك من العمل ويبقى فقط العزيمة على التصرف. ربما العزيمة على التصرف هي التي ترفع ذراعك؟ لا، ليس هذا هو الحال أيضًا. لقد اتخذت قرارًا نهائيًا بأنك سترفع ذراعك، لكن هذا لا يعني تحريكه بعد. إذًا ما الذي يرفع ذراعك؟ كيف يحدد المرء ما يأتي بعد العزيمة؟

وهنا نرى عجز العقل عن تقديم تفسير مفهوم لماهية النية حقًا. إن تعريفنا للنية بأنها العزيمة على الامتلاك والتصرف يُظهر فقط مقدمة للقوة التي تنفذ الفعل بالفعل. يمكننا فقط إثبات حقيقة أن الرغبة والعزيمة لا ترفعان الذراع، بل النية هي التي تفعل ذلك.

تنقسم النية إلى داخلية وخارجية. تتضمن النية الداخلية تأثيرًا تُقسم النية إلى داخلية و خارجية؛ فالنية الداخلية هي التركيز على العملية التي تؤدي إلى الهدف، أي العزيمة على الفعل. أما النية الخارجية فهي التركيز على الهدف ذاته حين يخضع العالم لإرادة الفرد، أي العزيمة على الامتلاك.

تركز النية الداخلية انتباهك على عملية المضي نحو غاية معينة. أما النية الخارجية فتركز انتباهك على الغاية التي تتحقق بذاتها. فبالنية الداخلية، أنت تحقق غايتك، بينما بالنية الخارجية، أنت تختار غايتك. كل ما يتعلق بالسحر والظواهر الخارقة ينتمي إلى مجال النية الخارجية. وكل ما يمكن تحقيقه ضمن حدود الرؤية العادية للعالم يتم إنجازه بقوة النية الداخلية.

علاقات التبعية

يُستدل على علاقات التبعية من خلال عبارات شرطية مثل: "إذا فعلت هذا، فسأفعل ذاك"، "إذا كنت تحبني، فسوف تترك كل شيء وتتبعني إلى نهاية العالم"، "إذا لم تتزوجني، فأنت لا تحبني"، "إذا مدحتني، فأنا صديقك"، "إذا لم تعطني مجرفة لعبتك، فسأطردك من سياج التراب".

عندما يتحول الحب إلى علاقة تبعية، فإنك تحصل فورًا على استقطاب ويضطرب التوازن. إن الحب غير المشروط هو الحب دون حق التملك والاحتفاظ؛ هو إعجاب دون عبادة. بعبارة أخرى، لا يخلق مثل هذا الشعور علاقات تبعية بين المُحِب ومحبوبه.

يضطرب التوازن أيضًا عندما تتم مقارنة أو مباينة شيء بشيء آخر: "نحن هكذا، وهم مختلفون!" على سبيل المثال، الكبرياء الوطني: مقارنة بأي أمم؟ مشاعر النقص: مقارنة بمن؟ أو الشعور بالفخر بالنفس: مقارنة بمن؟

حيثما يحدث التباين، تعمل قوى التوازن حتمًا. ويكون فعلها إما موجهًا إلى 'فصل' الموضوعات المتنازعة، أو توحيدها – سواء بالاتفاق المتبادل أو في المواجهة. إذا كنت أنت من يخلق الاستقطاب، فإن عمل قوى التوازن سيكون موجهًا إليك بالدرجة الأولى.

الاستقطاب

تحصل على الجهود الزائدة عندما تُولي أهمية كبيرة بشكل مبالغ فيه لصفات معينة، بينما تتشكل علاقات التبعية بين الناس عندما يبدأون في مقارنة ومباينة بعضهم ببعض، واضعين شروطًا كهذه: "إذا فعلت هذا، فسأفعل ذاك". إن الجهد الزائد في حد ذاته ليس شيئًا مريعًا طالما أن التقدير المشوه موجود بمعزل عن غيره. ولكن بمجرد أن يقارَن التقدير المبالغ فيه مصطنعًا بتقدير آخر، فإنك تحصل على استقطاب، والذي يطلق رياح قوى التوازن. تسعى قوى التوازن للقضاء على الاستقطاب الذي نشأ، وتُوجّه أنشطتها في معظم الحالات ضد الشخص المسؤول عن خلق هذا الاستقطاب.

فضاء الاحتمالات

فضاء الاحتمالات هو بنية معلوماتية. يحتوي هذا الحقل اللانهائي من المعلومات على كل احتمال ممكن لجميع الأحداث التي قد تقع في أي وقت مضى. يمكن القول إن فضاء الاحتمالات يحتوي على كل ما كان وسيكون. يعمل فضاء الاحتمالات كقالب، أو نظام إحداثيات للمادة المتحركة في الزمان والمكان. يتم تخزين الماضي، وكذلك المستقبل، فيه في حالة ثابتة، كما في لفة فيلم، بينما لا يظهر تأثير الزمن إلا نتيجة لتحرك إطار واحد فردي، ومنه ينبثق الحاضر.

يوجد العالم في شكلين في آن واحد: الواقع المادي الذي يمكنك لمسه باليدين، والفضاء الميتافيزيقي للاحتمالات الذي يكمن وراء حدود الإدراك ولكنه موضوعي بنفس القدر. ومع ذلك، من الممكن نظريًا الوصول إلى حقل المعلومات هذا. ومنه نستمد المعرفة الحدسية والاستبصار.

العقل غير قادر على خلق أي شيء جديد بشكل أساسي. إنه قادر فقط على تجميع نسخة جديدة من منزل باستخدام طوب قديم. لا يحتوي الدماغ على معلومات فعلية بل على شيء يشبه العناوين للمعلومات المخزنة في فضاء الاحتمالات. يتم الحصول على جميع الاكتشافات العلمية والروائع الفنية بواسطة العقل البشري من فضاء الاحتمالات عبر الروح.

الأحلام ليست أوهامًا بالمعنى المعتاد للكلمة. العقل لا يتخيل أحلامه – إنه يراها حقًا. الأشياء التي نراها في الواقع هي احتمالات مُتحققة. في الأحلام، نحن قادرون على رؤية الأشياء التي لم تتحقق، أي أننا نرى مسرحيات ذات سيناريوهات وديكورات افتراضية. تُظهر لنا الأحلام ما كان يمكن أن يحدث في الماضي أو في المستقبل. الأحلام هي رحلة الروح في فضاء الاحتمالات.

قوى التوازن

في أي مكان يوجد فيه جهد زائد، تظهر قوى التوازن، وتهدف إلى القضاء على ذلك الجهد الزائد. يُنشأ الجهد بواسطة الطاقة العقلية البشرية، عندما يولي شخص ما أهمية مفرطة لشيء ما.

على سبيل المثال، لنقارن بين وضعين: أنت تقف على أرضية منزلك، ثم على حافة هاوية. في الحالة الأولى، لا تشعر بأي قلق على الإطلاق. في الثانية، الوضع ذو أهمية قصوى بالنسبة لك: قم بحركة غير حذرة، وستكون النتيجة مميتة. على المستوى الطاقي، فإن حقيقة وقوفك هي ذات أهمية في كلتا الحالتين. ولكن عندما تقف فوق هاوية، فإنك تبني التوتر بخوفك، وبالتالي تخلق خللًا في الحقل الطاقي. ونتيجة لذلك، تظهر قوى التوازن، بهدف القضاء على هذا الخلل. قد تشعر حتى بإحساس جسدي بنشاطها: من جهة، قوة غير مبررة تسحبك إلى الأسفل، ومن الجانب المقابل تسحبك إلى الخلف، بعيدًا عن الحافة. بعد كل شيء، للقضاء على الجهد الزائد الناتج عن خوفك، سيتعين على قوى التوازن إما سحبك بعيدًا عن الحافة، أو إلقائك في الهاوية وإنهاء الأمر. هذا النشاط نفسه هو ما تختبره عندما تكون على حافة هاوية.

تخلق أفعال قوى التوازن الهادفة للقضاء على الجهود الزائدة معظم مشاكلك. يكمن مكر قوى التوازن في حقيقة أن الناس غالبًا ما يحصلون على نتيجة مغايرة تمامًا لنيتهم. وفي الوقت نفسه، لا يكون ما يحدث فعليًا دقيقًا تمامًا. ومن هذا تستمد الإحساس بوجود شيء غير مبرر، قوة خبيثة تعمل، نوع من 'قانون اللعنة'.

A) قطاع في فضاء الاحتمالات

كل نقطة في فضاء الاحتمالات لديها احتمال خاص بها لحدث أو آخر. لتسهيل الفهم، فكر فيها على النحو التالي: يتكون كل احتمال من سيناريو و ديكورات. الديكورات هي المظهر الخارجي أو شكل الظاهرة، والسيناريو هو المسار الذي تتحرك المادة على طوله. من أجل التسهيل، يمكنك تقسيم فضاء الاحتمالات إلى قطاعات. لكل قطاع سيناريو وديكورات خاصة به. كلما زادت المسافة بين القطاعات، زاد الاختلاف بين السيناريوهات والديكورات. يُمثِّل حظ أي فرد أيضًا بعدد لا يحصى من الاحتمالات. نظريًا، لا يوجد حد للتقلبات الممكنة في حظ الشخص، لأن فضاء الاحتمالات لا نهائي.

الشرائح

غالبًا ما تكون فكرتنا عن أنفسنا وعن العالم من حولنا بعيدة جدًا عن الحقيقة. رؤيتنا مشوهة بسبب شرائحنا. على سبيل المثال، تجعلك بعض عيوبك تشعر بالقلق وتشعر بعدم الكفاءة نتيجة لذلك. لذلك، تعتقد أن الآخرين أيضًا لا يحبونها ويستنكرونها. وهكذا، عندما تتفاعل مع الناس، فإنك تُدخل شريحة عقدة النقص الخاصة بك في 'جهاز العرض' الخاص بك وترى كل شيء في ضوء مشوه.

الشريحة هي صورة مشوهة للواقع في رأسك. كقاعدة عامة، تؤدي الشريحة السلبية إلى وحدة الروح والعقل، وبالتالي تتجسد في الواقع. تتحقق أسوأ توقعاتنا. يمكن تحويل الشرائح السلبية إلى إيجابية ويمكنك جعلها تعمل لصالحك. إذا قمت بإنشاء شريحة إيجابية عن قصد، فستكون قادرة على تغيير طبقة عالمك بطريقة مدهشة. شريحة الهدف هي صورة يمكن تخيلها حيث يمكنك رؤية نفسك وقد حققت هدفك بالفعل. يؤدي التصور المنهجي للشريحة إلى ظهور القطاع المقابل في فضاء الاحتمالات.

طبقة العالم

يقوم كل كائن حي، باستخدام الطاقة العقلية، بتجسيد قطاع معين في فضاء الاحتمالات ويخلق طبقة عالمه الشخصية. توضع كل هذه الطبقات فوق بعضها البعض، ومن ثم، يقدم كل كائن حي مساهمته الشخصية في تشكيل الواقع.

يخلق الإنسان، من خلال تجربته للعالم، طبقة فردية من العالم – واقعًا منفصلًا. يحمل هذا الواقع، اعتمادًا على موقف الشخص، لونًا أو آخر. بعبارة مجازية، يحدد موقفك 'ظروفًا جوية' معينة: انتعاش الصباح في ضوء الشمس الساطع، أو غائم مع وابل من المطر؛ أو في بعض الأحيان تكون هناك عاصفة هوجاء تعوي، أو كارثة طبيعية كاملة.

يتشكل الواقع الفردي بطريقتين: الطريقة المادية والطريقة الميتافيزيقية. بعبارة أخرى، أنت تبني عالمك بأفعالك وأفكارك. تلعب الصور الذهنية دورًا مهيمنًا في هذا، لأنها تخلق جزءًا كبيرًا من المشاكل المادية التي يجب عليك أن تصارعها معظم الوقت. يرتبط التزحلق حصريًا بالجانب الميتافيزيقي.

تيار الاحتمالات

تكمن المعلومات بشكل ثابت في فضاء الاحتمالات، على شكل مصفوفة. يتم تنظيم البنية المعلوماتية في روابط متصلة ببعضها. تؤدي علاقات السبب والنتيجة إلى تيار الاحتمالات.

يجد العقل القلق نفسه دائمًا مدفوعًا من قبل النواسات وبالتالي يحاول مهاجمة جميع المشاكل عن طريق محاولة إبقاء الوضع تحت السيطرة. في معظم الحالات، تكون القرارات الإرادية للعقل مجرد تخبطات لا طائل منها. معظم المشاكل، خاصة الصغيرة منها، تُحل بمفردها، إذا لم تتدخل في تيار الاحتمالات.

السبب الرئيسي لعدم مقاومة التيار بنشاط هو أنك تفقد بذلك الكثير من الطاقة، وفي بعض الحالات، على حسابك أنت. يتحرك التيار على طول مسار المقاومة الأقل، وبالتالي يحتوي على الحلول الأكثر فعالية وعقلانية للمشاكل. مقاومة التيار، على العكس من ذلك، تخلق الكثير من المشاكل الجديدة.

إن الفكر القوي للعقل لا فائدة منه إذا كان الحل موجودًا بالفعل في فضاء الاحتمالات. إذا لم تتدخل وسمحت لتيار الاحتمالات بأن يسير في مساره، فسيأتي الحل بمفرده، وسيكون الحل الأمثل لذلك. الـأمثلية هي بالفعل جزء من بنية حقل المعلومات. يحتوي فضاء الاحتمالات على كل شيء، ولكن الخيارات الأقل استهلاكًا للطاقة هي التي من المرجح أن تتحقق. الطبيعة لا تهدر الطاقة سُدىً.

التزحلق

لم أخترع كلمة 'التزحلق'؛ لقد نزلت إلي من نفس المكان الذي حصلت منه على جميع المصطلحات الأخرى ومحتويات الكتاب ككل. حتى وقت قريب، لم أكن أفهم معناها أيضًا. في هذه الحالة، ليس من الواضح بعد كيفية تكييف الارتباطات معها. يمكن تفسير معنى هذه الكلمة على أنه 'التزحلق عبر فضاء الاحتمالات'، أو 'تحويل الاحتمال القابل للتطبيق إلى واقع'، أو 'عبور مسارات الحياة'. ولكن بالمعنى العام، إذا كنت تمارس التزحلق، فأنت تتمايل على موجة الحظ. تُنطق 'تزحلق' بالطريقة التي تُكتب بها. (إذا أحب شخص ما أن ينطقها بالطريقة الإنجليزية، فله ذلك. فقط ضع في اعتبارك أن صوت الياء غير موجود في الإنجليزية).

التحرير

التحرير هو طريقة فعالة لبناء العلاقات الإنسانية، وهو جزء لا يتجزأ من التزحلق. يمكن التعبير عن المبدأ الرئيسي للتحرير على النحو التالي: تخلّ عن نية الأخذ، واستبدلها بنية العطاء، وسوف تحصل على ما أعطيته.

يعتمد تأثير هذا المبدأ على استخدام نيتك الخارجية لنية شريكك الداخلية، دون التعدي على مصالحه. في النهاية، تحصل من الشخص على ما لم تستطع الحصول عليه من خلال الأساليب المعتادة للنية الداخلية. باستخدام هذا المبدأ، ستحقق نتائج مبهرة في علاقاتك الشخصية أو التجارية.

الأبواب والأهداف

لكل فرد طريقه الخاص حيث سيجد السعادة الحقيقية في هذه الحياة. تُفرض عليك الأهداف الغريبة من قبل النواسات، التي تغريك ببريقها وعصيانها. بمطاردة الأهداف الزائفة، إما أنك لن تحقق أي شيء، أو بعد تحقيقها، ستدرك أنك لم تكن بحاجة إليها في المقام الأول.

سيحوّل هدفك حياتك إلى احتفال. سيجلب تحقيق هدفك إنجاز جميع رغباتك الأخرى، وستتجاوز النتائج أي شيء تخيلته. بابك هو الطريق الذي سيقودك إلى هدفك.

إذا كنت تسير نحو هدفك عبر بابك، فلن يتمكن أحد أو أي شيء على وجه الأرض من الوقوف في طريقك، لأن مفتاح روحك يكمل قفل طريقك بشكل مثالي. لا يمكن لأحد أن يسلب منك ما هو لك. المشكلة الوحيدة هي العثور على هدفك وبابك. يعلمك التزحلق كيفية القيام بذلك.

ملاحظة

1. شتاينهولد، ي. (2004)، روك في المحمية: أغاني من نادي لينينغراد روك 1981-86.